JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI

PENTRU COPII ȘI TINERI

respiro

Tematică jocuri şi activităţi

Managementul grupului 5

Comunicare 14

Cunoaștere 27

Crearea identităţii 41

Managementul conflictului 49

Diferențe culturale 58

Icebreaking 66

Leadership 73

Principii morale şi valori 84

Teambuilding 95

Relații interpersonale 105

MANAGEMENTUL GRUPULUI

Salată de fructe

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, ENERGIZARE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: 15 MINUTE
LOCAŢIE: JOC DE INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: JOCUL SE POTRIVEŞTE ATÂT UNUI GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE) CÂT ŞI UNUI GRUP MARE (PESTE 12 PERSOANE).
MATERIALE/RESURSE NECESARE: SCAUNE (SUFICIENTE PENTRU FIECARE PARTICIPANT)

descriere

PASUL 1 Participanţii sunt aşezaţi în cerc pe scaune

PASUL 2 Fiecare participant va primi de la formator câte un nume de fruct (ex:măr, strugure, portocală,etc.) pe care va trebui să-l ţină minte pe tot parcursul jocului. Rolurile se vor repeta la fiecare 3-5 persoane, în funcţie de numărul total al participanţilor.

PASUL 3 O persoană va veni în picioare în mijlocul cercului, iar scaunul său va fi scos din joc. Persoana din mijloc îşi va exprima dorinţa cu privire la ce fruct şi-ar dori să mânânce, dintre cele menţionate în joc. Cei care poartă numele fructului cerut se vor ridica şi vor schimba locurile între ei, în acelaşi timp persoana din mijloc va trebui să îşi găsească un loc pe scaun. Este important ca nimeni să nu rămână pe locul iniţial; în caz contrar, acesta va ajunge în mijlocul cercului.

PASUL 4 Pe lângă opţiunile de fructe existente cel din mijloc îţi poate exprima preferinţa pentru o salată de fructe. În această situaţie toţi participanţii vor schimba locurile între ei. (“Dacă vă e poftă puteţi să cereţi şi o salată de fructe. Toţi ne vom ridica şi vom schimba locurile între noi.”)

alte variante posibile

În funcţie de tematica/obiectivele taberei/workshopului jocul poate fi adaptat. Rolurile pot fi schimbate la latitudinea formatorului.

Kamate-hu

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, ENERGIZARE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: 5 MINUTE
LOCAŢIE: ATÂT ÎN INTERIOR, CÂT ŞI ÎN EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: JOCUL SE POTRIVEŞTE ATÂT UNUI GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE), DAR ŞI UNUI GRUP MARE (>12 PERSOANE)

descriere

PASUL 1 Formatorul introduce jocul şi aranjează oamenii în semicerc. E nevoie ca spaţiul din interiorul semicercului să fie liber.

PASUL 2 Formatorul explică participanţilor că e nevoie să fie urmărit şi ceea ce face el, va trebui să facă şi ceilalţi. Dacă spune ceva, să spună şi ei pe aceeaşi tonalitate, imediat după ce termină el de spus. Dacă face ceva, să facă şi ei aceleaşi lucruri, imediat după ce termină el de spus.

PASUL 3 Formatorul începe prima fază, din cele 3, ale exerciţiului. E faza în care strigătul e la tonalitate normală, iar mişcările sunt următoarele:
se pleacă uşor pe genunchi îi priveşte pe oameni şi bate cu ambele palme, de 2 ori pe coapse, deasupra genunchilor în acest timp spune ritmat „Kama-te kama-te”
apoi adoptă o poziţie dreaptă, şi se loveşte cu palmele de piept, apoi le ridică sus de 2 ori, uitându-se în sus când ridică mâinile şi spune ritmat „huu, huu” aceste sub-faze se fac de 2 ori, înainte de a trece la următoarea fază

PASUL 4 Formatorul începe faza a 2-a a exerciţiului. E faza în care strigătul e la tonalitate cât mai joasă, iar mişcările sunt urmtătoarele:
loveşte palmele ca la aplauze de 2 ori şi spune în acest timp ritmat „iakata, iakata”
loveşte, pe rând, coatele cu palmele (ex. cotul drept e lovit de palma stângă şi apoi, cotul stâng e lovit de palmea dreaptă de 2 ori şi spune în acest timp ritmat „hii, hii”
aceste subfaze se fac de 2 ori, înainte de a trece la următoarea fază

PASUL 5 Formatorul începe ultima fază. E faza în care strigătul e la tonalitatea cea mai ridicată, iar mişcările sunt următoarele:
sare şi loveşte cu picioarele de sol şi strigă puternic şi ritmat „ia hu”
apoi se loveşte cu palmele de şold şi strigă puternic şi ritmat „ia ia”
aceste subfaze se fac de 2 ori

Frige

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, ENERGIZARE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL PARTICIPANŢILOR
LOCATIE: EXTERIOR
PERSOANE: RECOMANDAT PENTRU TOATE TIPURILE DE GRUP
MATERIALE/ RESURSE NECESARE: O MINGE MARE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul introduce jocul

PASUL 2 Se va alege un conducător de joc, acesta va sta în mijlocul cercului. Prima regulă: ”mingea se va da din mână în mână, de la un participant la altul, în sensul acelor de ceasornic şi într-un ritm rapid”.

PASUL 3 Se explică rolul conducătorului de joc ”Atunci când conducătorul de joc strigă ”Frige” se schimbă rapid direcţia mingii” (de exemplu acum va fi invers acelor de ceasornic)

PASUL 4 Atunci când cineva greseşte şi nu schimbă direcţia mingi acesta va ieşi din joc. Când rămân în joc doar 3 jucători, jocul se sfârseşte

tips&tricks

Puteţi recomanda conducătorului de joc să strige din când în când şi alte cuvinte pentru a încerca atenţia participanţilor. De asemenea se poate folosi şi cuvinte asemănătoare figider, fript, etc., sau să silabisească cuvintele, de exemplu fri-gider”. Recomand ca prima dată coordonatorul să fie şi cel care conduce jocul, aşa poate alege dificultatea jocului în funcţie de grup.

Statuia

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, ENERGIZARE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: 10-15: MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR (DACA SPATIUL E MAI MARE)/ EXTERIOR (DE PREFERAT)
NUMĂR DE PERSOANE: RECOMANDAT PENTRU TOATE TIPURILE DE GRUP
MATERIALE/RESURSE NECESARE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Toti participantii stau in cerc, cu privirea spre mijloc. O persoana merge in mijloc si va scoate un sunet si va face o miscare, pe care le va repeta inca o data. Ceilalti trebuie sa o imite. Apoi revine in cerc.

PASUL 2 Dupa aceea, coordonatorul le spune: „Trebuie sa va miscati, repede fiecare sa ajunga in cealalta parte a cercului si inapoi, si repetati actiunea pana cand voi spune “Stop, statuie!” ” (fiecare trebuie sa ramana exact in pozitia in care au ajuns pana se vor putea misca din nou).

PASUL 3 In timpul miscarilor, persoana care a fost in mijloc trebuie sa se apropie de o o alta persoana din grup, iar cand coordonatorul va spune “Stop”, trebuie sa prinda acea persoana de mana sau picior.

PASUL 4 Persoana prinsa este singura care se misca .Ea trebuie sa mearga in mijloc si sa scoata un sunet si sa faca o miscare. Acum ceilalti pot sa isi revina din starea de “statuie” si sa o imite. Dupa aceea, persoana revine in cerc iar coordonatorul le spune din nou sa se miste, pana cand ii va opri. Persoana

care a fost in cerc trebuie sa prinda o alta persoana, care va merge in cerc cand coordonatorul va spune “Stop”. Actiunea se poate repeta pana cand toti participantii vor veni in mijloc.

tips & tricks

Daca nu se ofera nimeni la inceput, coordonatorul poate sa ofere el un exemplu, si sa prinda o alta persoana care va veni apoi in mijlocul cercului

Caricaturi

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, ENERGIZARE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: 15-20 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC SAU MEDIU
MATERIALE/RESURSE NECESARE: COLI A4, MARKERE/CARIOCI

descriere

PASUL 1 Persoanele se impart in grupuri mici in functie de participanti (maxim 4 intr-un grup) Li se ofera fiecarei persoane o coala A4 si markere/carioci.

PASUL 2 Fiecare persoana trebuie sa faca un desen, o caricatura care sa il reprezinte, cu care se aseamana (de exemplu, pot desena un animal cu care se identifica). Li se explica ca nu conteaza talentul, si ca pot desena orice (inclusiv un cerc, doar sa explice ce reprezinta).

PASUL 3 In cadrul grupului mic, fiecare isi va prezenta desenul si va spune de ce crede ca il reprezinta, de ce crede ca se aseamana cu el. Apoi, se va discuta pe larg in grupul mare, si vor prezenta cateva persoane, care vor dori, si celorlalti.

Colectează cărţile

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, ENERGIZARE A PARTICIPANŢILOR
TIMP ACTIVITATE: 10 MINUTE
LOCAŢIE: ÎN INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU SAU MARE
MATERIALE/RESURSE NECESARE: DOUĂ PACHETE DE CĂRŢI DE JOC

descriere

PASUL 1 Participanţii se împart în două echipe şi se aşază pe două rânduri, faţă în faţă.

PASUL 2 Într-un capăt al fiecărui rând se aşază câte un scaun/o masă/orice suprafaţă pe care ulterior se poate aşeza un pachet de cărţi de joc.

PASUL 3 Coordonatorul explică jocul: scopul este ca fiecare echipă să clădească un pachet de cărţi de joc în cel mai scurt timp; doi coordonatori vor sta în capătul opus scaunului/mesei al fiecărui rând şi vor avea câte un pachet de cărţi în mână; la „Start", fiecare coordonator dă primului participant din rând o carte, cartea trebuind să meargă din mână în mână până ajunge în celălalt capăt al rândului, unde va fi aşezată de ultimul participant pe scaun/masă. În momentul în care cartea este aşezată, coordonatorul va da următoarea carte, iar demersul se repetă până la ultima carte.

PASUL 4 Coordonatorul adaugă câteva reguli pentru a face jocul mai greu şi mai distractiv. Reguli orientative (pot fi adaptate în funcţie de numărul de participanţi sau pot fi modificate după creativitatea coordonatorului): doi participanţi stau spate în spate, trei sunt legaţi la ochi (inclusiv cel care stă în capătul rândului unde trebuie să ajungă cartea), participanţii nu au voie să vorbească între ei, etc. Dacă nu se respectă regulile, sau cartea nu trece prin fiecare mână, echipa este penalizată cu 10 secunde de pauză.

PASUL 5 Jocul se încheie în momentul în care o echipă are toate cele 52 de cărţi clădite.

Leapșa

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, LINIŞTIRE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI, MAI MULT DE 5 MINUTE
LOCAȚIE: JOCUL POATE FI JUCAT ATÂT ÎN INTERIOR, CÂT ŞI ÎN EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: DE LA GRUP MIC (SUB 7 PERSOANE), PÂNĂ LA GRUP MARE (PESTE 12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE NECESARE: O MASĂ ÎN JURUL CĂREIA SĂ POATĂ STA TOȚI PARTICIPANŢII

descriere

PASUL 1 Participanţii se vor aşeza în cerc, în jurul unei mese sau pe jos (pe iarbă - dacă jocul este jucat în exterior).

PASUL 2 Participanţii sunt rugaţi să îşi aşeze mâinile pe masă/jos cu palmele în jos, încrucişându-le cu ale vecinilor. Este important ca una din mâini să fie deasupra mâinii unuia dintre vecini, iar cealaltă dedesubtului mâinii celuilalt vecin.

PASUL 3 În sensul acelor de ceasornic, fiecare participant va bate cu palma de masă/sol, începând de la o persoană stabilită de formator, în ordinea mâinilor. Există două posibilităţi: o bătaie de palmă sau două, iar când cineva bate de două ori, schimbă sensul de mers al jocului. În cazul în care apare o greşeală (bătaie prea rapidă sau întârziată), mâna respectivă iese din joc. Se continuă cu mersul jocului de la următoarea mână.

PASUL 4 Jocul se termină când pe masă au rămas 3 mâini sau mai repede, la alegerea formatorului.

Formează cuvinte/acronime

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, ENERGIZARE A PARTICIPANŢILOR
TIMP ACTIVITATE: 30 MINUTE
LOCATIE: ESTE RECOMANDAT CA JOCUL SA SE REALIZEZE IN EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: ESTE RECOMANDAT PENTRU UN GRUP MARE (>12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE NECESARE: APARAT FOTO

descriere

PASUL 1 Folosindu-şi toate părţile corpului, participanţii vor fi rugaţi să formeze diverse cuvinte/acronime

PASUL 2 Coordonatorul se va aşeza undeva mai departe şi mai sus de participanţi, oferindu-le indicaţii despre cum să se aşeze astfel încât cuvintele/acronimele sa se vada mai clar.

PASUL 3 Formatorul va face poze fiecarui cuvant/acronim alcatuit de participanti.

Povestea

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, LINIŞTIRE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: APROXIMATIV 30 MINUTE (CU POSIBILITATE DE PRELUNGIRE, IN FUNCTIE DE MARIMEA GRUPULUI)
LOCAŢIE: JOCUL POATE FI JUCAT ATÂT ÎN INTERIOR, CÂT ŞI ÎN EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUPURI MICI, MEDII SAU MARI

descriere

PASUL 1 Indiferent daca are loc afara sau inauntru, e important ca participantii sa stea unul langa celalalt, pentru a-si putea spune cuvantul la ureche, preferabil in cerc.

PASUL 2 Daca se prefera activitate in grupuri mici, atunci participantii se impart in grupuri de minim 4-5 persoane.

PASUL 3 Coordonatorul spune un cuvant la ureche persoanei de langa el (poate fi orice cuvant, insa de preferat ceva care sa nu jigneasca si sa nu energizeze persoanele). Persoana trebuie sa se gandeasca si sa inceapa o poveste cu cuvantul respectiv, in 1-2 propozitii, pe care sa o spuna celorlalti.

PASUL 4 Persoana care a inceput povestea spune un cuvant la ureche persoanei de langa ea. Aceasta din urma continua povestea, cu incercarea de a-i da un sens logic.

PASUL 5 Actiunea se repeta pana ce se ajunge la ultima persoana din grup

PASUL 6 Daca activitatea are loc in grupuri mici, se poate ca o persoana sa sumarizeze povestea creata alaturi de grup in grupul mare.

Cu ochii închişi

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, LINISTIRE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
LOCAŢIE: JOCUL SE POATE DESFĂŞURA ATÂT ÎN INTERIOR, CÂT ŞI ÎN EXTERIOR
PERSOANE: ESTE RECOMANDAT PENTRU GRUPURI MARI (>12 PERSOANE)

descriere

PASUL 1 Participanţii sunt rugaţi să se aseze pe doua rânduri, cu faţa unii către alţii şi cu puţin spaţiu între ei , astfel încât, de la sfârşitul coloanei, fiecare va veni pe rând şi va trece printre ei uşor, cu ochii închişi, urmând ca ceilalţi să îl atingă pe spate, umeri, faţă cu vârful degetelor.

Ploaia

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, LINISTIRE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: 10 MINUTE
LOCAŢIE: JOCUL SE POATE DESFĂŞURA ATÂT ÎN INTERIOR, CÂT ŞI ÎN EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: ESTE RECOMANDAT PENTRU GRUPURI MICI, MEDII SAU MARI
MATERIALE/ RESURSE NECESARE: NU SUNR NECESARE MATERIALE

descriere

PASUL 1 Participanţii sunt rugaţi să formeze un cerc. Coordonatorul se va aşeza în centrul cercului.

PASUL 2 Coordonatorul le va cere participanţilor să îi copieze mişcările în momentul în care acesta va face contact vizual cu ei. De asemenea, le va cere să rămână în linişte şi să fie atenţi la sunetele care se vor forma pe parcursul jocului

PASUL 3 Coordonatorul va începe să-şi frece palmele trecând cu privirea pe la fiecare participant în parte, acesta fiind semnalul de începere pentru ei. După o tură întreagă în care toată lumea a început să-şi frece palmele coordonatorul va începe să puşte din degete, menţinând contactul vizual cu participanţii şi astfel semnalizând noua mişcare pe care aceştia trebuie să o copieze. Coordonatorul va specifica faptul că participanţii vor continua să facă mişcarea primită până ce privirea lor se va intersecta cu a sa şi nu înainte de asta. După un nou tur în care toată lumea ajunge să puşte din degete, coordonatorul se va bate pe genunchi urmând să facă un nou tur întreg menţinând contactul vizual cu participanţii. În următoarea etapă, fără să se oprească, coordonatorul va împărţii în două jumătăţi cercul (" De la participantul X până la participantul Z este primul grup şi de la participantul Y până la participantul V este cel de-al doilea") şi le va spune că la semnalul său cele două jumătăţi vor sări de pe un picior pe altul. Se realizează trei asemenea sărituri. Coordonatorul le cere participanţilor să continue să se bată pe genunchi, apoi prin contact vizual le va cere rând pe rând participanţilor să puşte din degete iar apoi să îşi frece palmele, urmând ca tura finală să ţină palmele

îndreptate în sus, orizontal, nemaiformându-se niciun sunet.

PASUL 4 Coordonatorul îi întreabă cum s-au simţit şi dacă au perceput furtuna pe care au creat-o împreună.

Iepuraşul

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, LINISTIRE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: IN FUNCTIE DE NUMARUL DE PARTICIPANTI
PARTICIPANTI: GRUP MIC-MEDIU-MARE
LOCATIE: JOCUL SE POATE REALIZA ATAT IN INDOOR CAT SI OUTDOOR

descriere

PASUL 1 Coordonatorul jocului le spune participantilor ca are in palme un iepuras, care va trece din mana in mana pe la fiecare participant, pana ajunge inapoi la el. De asemenea, este important sa aiba mare grija de iepuras si sa nu il scape jos, iar inainte de a-l da mai departe, trebuie sa aleaga un loc si sa ii dea un pupic iepurasului(pe urechea stanga, pe mustati, pe labuta stanga din fata etc). De asemeni fiecare participant trebuie sa spuna care este locul in care il pupa pe iepuras si le spun acestora ca nu au voie sa se repete.

PASUL 2 Coordonatorul exemplifica ceea ce au de facut si pupa iepurasul pe ureche (sau oriunde doreste), apoi il da mai departe.

PASUL 3 Dupa ce a ajuns iepurasul inapoi la coordonator, acesta ii da drumul iepurasului sa fuga si le spune participantilor ca acum trebuie sa pupe persoana din dreapta lor, acolo unde au pupat si iepurasul(pe ureche, pe mustati, pe mana stanga etc)

Artă pe spate

CATEGORIE: JOC DE MANAGEMENT AL GRUPULUI, LINISTIRE A PARTICIPANŢILOR
TIMP: 15 MINUTE
LOCAŢIE: ÎN INTERIOR SAU ÎN EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUPURI MICI, MEDII SAU MARI
MATERIALE/RESURSE NECESARE: COLI DE HÂRTIE, MARKERE, O COALĂ CU UN DESEN SIMPLU

descriere

PASUL 1 Se formează două echipe (pentru grupuri medii şi mari), după care, pe echipe, participanţii se aşază pe jos, în poziţie şezută, în şir indian (unul în spatele celuilalt). Vor fi aşadar două şiruri paralele care vor reprezenta cele două echipe. Este necesar să fie număr egal de participanţi în cele două echipe, deci dacă numărul total este impar, un coordonator se va alătura jocului.

PASUL 2 Primei persoane din şir i se dă o coală şi un marker. În spatele celor două echipe va sta un coordonator, care va ţine în mână o coală cu un desen (poate fi un desen simplu, cum ar fi o faţă zâmbitoare, sau o masă, sau o floare etc.). Ultima persoană din fiecare şir va trebui să se uite la desen, iar la semnalul de "Start" al coordonatorului, acea persoană va începe să "deseneze" pe spatele persoanei din faţa sa desenul de pe foaie. Fiecare participant va desena pe spatele persoanei din faţa sa ceea ce a simţit că s-a desenat pe spatele său. Participantul din faţă va trebui să deseneze pe foaie forma pe care a simţit-o pe spatele său.

PASUL 3 Jocul se încheie în momentul în care a fost finalizat desenul, apoi fiecare desen se compară cu originalul. Opţional, echipa care a avut desenul cel mai apropiat de cel original primeşte un premiu.

tips & tricks

Jocul trebuie să se desfăşoare în linişte, fără ca participanţii să vorbească între ei sau să facă remarci despre ceea ce se desenează.
Participanţii nu au voie să se uite unii la ceilalţi, în special cei din faţa şirului care desenează pe foaie.

COMUNICARE

Câmp minat

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP: 30 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE NECESARE: OBSTACOLE - SCAUNE, CRENGI, LĂZI ETC.

descriere

PASUL 1 **T**rainerul pregăteşte zona de joc creând un teren minat. Minele sunt reprezentate de scaune, lăzi, crengi sau orice materiale aflate la dispoziţie. De câte ori se atinge un astfel de element, se consideră că a fost atinsă o mină, iar mina va exploda.

PASUL 2 Pasul 2: Se formează echipe de câte două persoane. O persoană din echipă este legată la ochi şi nu are voie să vorbească. Cealaltă persoană nu are voie să se mişte din locul în care se află, astfel încât nu poate parcurge traseul împreună cu perechea.

PASUL 3 Pasul 3: Persoana legată la ochi va străbate terenul după indicaţiile persoanei rămase în afara câmpului minat, astfel încât să nu atingă nicio bombă. În momentul în care atinge bomba, trebuie să se întoarcă la start. Are dreptul la trei încercări pentru a traversa câmpul.

PASUL 4 Toate perechile pornesc deodată, având câte un membru în interiorul câmpului.

PASUL 5 Pasul 4: Partenerii se schimbă între ei.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ce aţi gândit când trebuia să ascultaţi de cel din afara câmpului, fără să îi puteţi răspunde? Cum v-aţi simţit?

Cum a fost când v-aţi aflat în postura celui care dădea indicaţii?
Cum e în viaţa reală, când doar trebuie să ascultăm, fără să putem pune întrebări sau fără să putem cere mai multe lămuriri?
Ce putem învăţa din această activitate?

La pescuit

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: <15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: <15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC (<7 PERSOANE)/GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE /RESURSE NECESARE: BEŢE DE APROXIMATIV 50 CM (NUMĂRUL DE PERSOANE/2), GHEM DE AŢĂ, PUFULEŢI SAU BOMBOANE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul va lega o bucată de aţă (50 cm) de băţ. La celălalt capăt al aţei leagă pufuletele sau bomboana.

PASUL 2 Participanţii vor fi împărţiţi aleatoriu în echipe de câte două persoane.

PASUL 3 Cele două echipe formează două şiruri, spate în spate, fiecare persoană având-l în spate pe coechipierul ei. Dacă este posibil, participanţii se vor aşeza pe jos; altfel, vor rămâne în picioare.

PASUL 4 O persoană din fiecare echipă va primi „undiţa". La comanda de start, aruncă undiţele pe spate, iar coechipierul său încearcă să apuce momeala în gură fără să se ajute cu mâinile şi fără să mişte capul. Acesta are voie să direcţioneze „undiţa" spre gură rostind doar cuvintele: sus, jos, dreapta, stânga.

PASUL 5 Jocul se încheie când toate echipele au reuşit să îndeplinească sarcina.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ce vi s-a părut dificil la această activitate?
Cum v-aţi simţit când aţi primit indicaţii?
Cei care ofereaţi indicaţii, cum v-aţi simţit când coechipierul nu înţelegea ce voiaţi?
Cum e în viaţa reală, când doar trebuie să ascultăm, fără să putem pune întrebări sau fără să putem cere mai multe lămuriri?
Ce putem învăţa din această activitate şi putem aplica în situaţii de viaţă reale?

alte variante posibile

Jocul se poate continua, însă participanţii nu vor mai folosi cuvinte, ci alte metode, fără să poată scoate sunete. Pentru aceasta, vor fi lăsaţi să îşi facă o strategie înainte de a se da startul. De această dată, rolurile vor fi schimbate.

Comunicăm sau nu?

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 10-15 MINUTE (MINIM 5 MINUTE)
TIMP DEBRIEFING: 15-20 MINUTE (CU POSIBILITATE DE PRELUNGIRE)
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR (DACĂ ESTE LINIȘTE)
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU CU NUMĂR PAR DE PERSOANE
MATERIALE/RESURSE: BILEŢELE/STICKERE, PIX

descriere

Se vor forma bilete cu următoarele texte:
MODELUL 1: Rolul tău este de a-i povesti celuilalt o întâmplare foarte importantă/ frumoasă din viaţa ta, care te-a marcat profund. Este important să păstrezi contactul vizual cu celălalt.
MODELUL 2: Rolul tău este de a-i povesti celuilalt ce vrei să faci în viitor (ce carieră vrei să urmezi, despre familie, cum te vezi peste 10 ani). Dacă ai deja o carieră, descrie ce îţi place cel mai mult în ceea ce faci. Este important să păstrezi contactul vizual cu celălalt.
MODELUL 3: Rolul tău este de a-i povesti celuilalt cum se desfăşoară o săptămână din viaţa ta, ce faci în fiecare zi, care e programul tău, despre facultate/locul de muncă. Este important să păstrezi contactul vizual cu celălalt.
MODELUL 4: Rolul tău este de a-i descrie celuilalt un hobby/un sport/o activitate pe care o faci des şi care îţi face plăcere. Este important să păstrezi contactul vizual cu celălalt.
MODELUL A: Rolul tău este de a nu-l asculta pe cel care îţi vorbeşte, de a nu te uita deloc în ochii lui. Comportă-te ca şi cum te-ai plictisi şi abia aştepţi să treacă timpul. Nu îi răspunde la întrebări dacă îţi pune.
MODELUL B: Rolul tău este de a nu-l asculta pe cel care vorbeşte şi de a-l întrerupe mereu, pentru a-i spune un lucru neimportant (de exemplu, că ieri ai mâncat o pizza). Nu îi răspunde la întrebări dacă îţi pune.
MODELUL C: Rolul tău este de a-l asculta pe cel care vorbeşte şi de a păstra contactul vizual cu el. Poţi să îi răspunzi la întrebări, să zâmbeşti dacă îţi place ceea ce spune.
Se vor face bilete suficiente pentru persoanele care fac activitatea. În fiecare pereche de câte două trebuie să existe un bilet modelul 1, 2, 3 sau 4 şi un model a, b sau c.
PASUL 1 Participanţii se împart în grupuri de câte două persoane. Trebuie să existe o distanţă între perechi, pentru a nu se auzi.

PASUL 2 Fiecărei perechi i se oferă două bilete din cele menţionate anterior (un bilet cu cifră şi un bilet cu litera). Biletele se pot repeta.

PASUL 3 Persoanele extrag unul dintre bilete şi trebuie să îşi asume rolul menţionat până când coordonatorul va opri activitatea. Participanţii trebuie să continue să vorbească/să facă ce e mentionat pe bilet, până când coordonatorul îi va opri (jocul poate fi oprit după cinci minute, dar poate continua şi 10 minute).

debriefing

După activitate, participanţii pot reveni în grupul mare, unde vor avea loc discuţii. Se vor divulga rolurile pe care le-au avut în grup.
Cum v-aţi simtit în rolul avut?
Cei care aţi avut unul dintre rolurile cu model 1, 2, 3, 4, ce v-a plăcut/ ce v-a displăcut? Aţi reuşit să comunicaţi între voi?
Se va explica importanţa unei comunicări interumane eficiente. Se va puncta importanţa păstrării contactului vizual cu celălalt, importanţa ascultării celuilalt când vorbeşte şi necesitatea vorbirii pe rând, pentru a se transmite mesajul dorit. În caz contrar, poate să apară frustrarea, nemulţumirea sau chiar iritarea celui care vorbeşte şi nu este ascultat.

tips & tricks

Dacă nu există un număr par de persoane, coordonatorul poate intra în joc.
Jocul se poate opri şi după cinci minute, dacă e cazul.

Modelează ca mine!

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: DEPINDE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: <15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE NECESARE: PLASTILINĂ DE DIFERITE CULORI

descriere

PASUL 1 Pasul 1: Participanţii sunt împărţiţi în echipe de câte trei persoane, dintre care două persoane vor sta spate în spate, una dintre ele va modela ceva din plastilină, iar cealaltă persoană va trebui să ghicească şi să facă acelasi model ca persoana care modelează.

PASUL 2 Pasul 2: Persoana care va trebui să ghicească modelul se va ajuta de cea de-a treia persoană din echipă. Aceasta va avea rolul de a merge la persoana care modelează şi de a observa toate detaliile folosite, pentru a-i putea răspunde la întrebări persoanei care trebuie să ghicească ce face cealaltă persoană.

PASUL 3 Pasul 3: Persoana de contact dintre cei doi va putea să răspundă la întrebări numai cu răspunsuri de forma da/nu.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:

V-a fost greu să urmăriţi toate detaliile folosite de persoana care modela?
Aţi întâmpinat dificultăţi în formularea întrebărilor, ţinând cont de faptul că persoana care vă ajuta putea răspunde doar cu da/nu?
V-a luat mult timp să vă daţi seama de ceea ce face cealaltă persoană?
V-a fost greu să daţi doar răspunsuri de forma da/nu?
Prin ce stări emoţionale aţi trecut de-a lungul desfăşurării activităţii?

Am nevoie de...

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 10-20 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10-15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC, MEDIU SAU MARE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: BEŢIŞOARE, BILEŢELE CU DESCRIEREA COMPORTAMENTELOR ASERTIV, PASIV ŞI AGRESIV

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le va spune participanţilor să se aşeze în cerc, pentru a le putea comunica următoarea activitate.

PASUL 2 Coordonatorul va înmâna fiecărui participant un beţişor şi un bileţel pe care va scrie felul în care aceştia trebuie să se comporte unii cu ceilalţi pe parcursul următoarei activităţi.

Bileţelele vor cuprinde trei tipuri de comportamente: agresive, pasive, asertive.
Persoanele care vor avea bileţelul cu un comportament pasiv trebuie să se comporte astfel: vor încerca să îşi spună părerea, dar nu vor insista, dacă ea nu este ascultată/pusă în practică, nu vor lupta pentru drepturile lor/pentru ceea ce vor atunci când li se cere un favor, le va fi greu să spună „nu".
Persoanele agresive îşi îndeplinesc obiectivele fiind agresivi cu ceilalţi, nu respectă drepturile, părerile sau valorile celorlalţi. Pentru a-şi îndeplini scopurile, aceştia pot deveni agresivi verbal, pot ridica tonul vocii etc.
Persoanele asertive respectă drepturile, valorile şi părerile celorlalţi; vorbesc clar, uitându-se în ochii celuilalt; sunt direcţi, oneşti şi îşi exprimă sentimentele.
PASUL 3 Coordonatorul le va spune participanţilor că nu au voie să le arate şi celorlalţi ce bileţel au tras şi le va spune faptul că aceştia trebuie să strângă cât mai multe beţişoare de la ceilalţi participanţi, folosindu-se de comportamentul pe care îl au pe bileţel.

PASUL 4 Jocul se încheie atunci când coordonatorul consideră că participanţii au interacţionat cu persoane care aveau tipuri diferite de comportament.

debriefing

Ce aţi simţit când v-aţi comportat aşa cum scrie pe bileţel?
Se aseamănă comportamentul de pe bileţel cu cel pe care îl aveţi în viaţa de zi cu

zi?
Cum v-aţi simţit când a trebuit să negociaţi cu o persoană care era asertivă? Dar pasivă? Dar cu una agresivă?

tips & tricks

Coordonatorul trebuie să aibă grijă ca situaţia să nu degenereze, iar dacă participanţii îşi iau rolurile mult prea în serios (agresivii încep să utilizeze un limbaj nepotrivit etc.), acesta are posibilitatea să încheie jocul, iar in cadrul debriefing-ului va putea să pună accentul pe ceea ce s-a întâmplat.
În loc de beţişoare, se pot folosi orice alte obiecte la îndemână (pietre, mâncare etc.).

Eu, tu, întregul

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15-20 DE MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)/GRUP MARE (MAI MULT DE 12 PERSOANE)
LOCAȚIE: INTERIOR
MATERIALE/RESURSE NECESARE: PATRU BILEŢELE PE CARE VOR FI PRINTATE PATRU AFIRMAŢII:
„Avem o problemă de comunicare, nu ne înţelegem foarte bine şi cred că ar fi bine să o discutăm.”
„Ai o problemă de comunicare, nu mă înţelegi deloc, să ţi-o rezolvi!”
„Mă deranjează atunci când ţipi la mine pentru că mă simt nerespectat(ă).”
„Eşti un/o nesimţit(ă) când ţipi la mine.”

descriere

PASUL 1 Participanţii se vor grupa câte doi (cinci minute).

PASUL 2 Coordonatorul va povesti un scenariu: „Presupunem că fiecare pereche este formată din doi colegi. Aceştia lucrează împreună la un proiect cu un termen-limită apropiat. Din cauză că fiecare a uitat de acest proiect şi s-a concentrat pe altele, au ajuns să aibă un mic conflict. Va trebui ca fiecare să-i spună celuilalt, pe rând, doar două afirmaţii de pe bileţel: ori 1 şi 3, ori 2 şi 4” (cinci minute).

PASUL 3 Participanţii îşi spun afirmaţiile (două-trei minute).

debriefing

Haideţi să vedem: cum ne-am simţit fiecare, în postura în care am fost?
Cum ne-am simţit auzind afirmaţiile 1 şi 3?
Cum ne-am simţit auzind afirmaţiile 2 şi 4?

Ce putem învăţa de aici?
Când avem o problemă, e mai bine să o comunicăm în termeni de „eu” sau de „tu”?
Cum sună mai bine: „noi avem o problemă” sau „tu ai o problemă”?
În care situaţie se diminuează conflictul?
În care situaţie celălalt e mai deschis?
Ce e mai bine să comunicăm atunci când ne deranjează ceva: „cum e o persoană” sau „ce a făcut o persoană”?
Cum reacţionează celălalt atunci când îi spunem „ce a făcut greşit”?
Cum reacţionează celălalt atunci când îl etichetăm?
Ce putem învăţa de aici şi să folosim în viaţa de zi cu zi?

Eu, eu însumi și cu mine

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 10 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC, MEDIU SAU MARE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE NECESARE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul va forma în mod aleatoriu echipe de câte două persoane.

PASUL 2 Coordonatorul le explică participanţilor că fiecare va trebui să ţină un monolog de trei minute fără a înceta să vorbească. Ei pot să aleagă orice subiect, însă nu vor avea voie să folosească cuvântul „eu” sau verbe la persoana I. Partenerul îl va asculta, însă nu are voie să intervină în discuţie, nici măcar pentru a pune întrebări sau a-l aproba.

PASUL 3 Participanţii inversează rolurile pentru următoarele trei minute.

debriefing

Care rol vi s-a părut mai uşor? Cel al celui care vorbeşte sau al celui care ascultă? De ce?
Cum v-aţi simţit când a trebuit să ascultaţi fără a putea pune întrebări sau contribui prin opinia proprie?
Cum v-aţi simţit în momentul în care a trebuit să vorbiţi fără a putea afla părerea celui care vă ascultă?
Cât de dificil sau cât de uşor a fost să vorbiţi continuu? De ce?

La telefon

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: MAI PUŢIN DE 30 DE MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC, MEDIU SAU MARE
LOCATIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: PIXURI , FOI, O FOAIE PE CARE SUNT DESENATE DIVERSE FORME GEOMETRICE SUB O FORMĂ ALEATOARE.

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le cere participanţilor să se aşeze în cerc pentru a prezenta următoarea activitate şi îi împarte în echipe – în cazul în care avem de-a face cu un grup mediu sau mare (să fie minimum 6-8 participanţi într-o echipă).

PASUL 2 Coordonatorul le cere participanţilor să se aşeze pe echipe (dacă este cazul).

PASUL 3 Coordonatorul le aminteşte participanţilor de jocul din copilărie „Telefonul fără fir" (acel joc în care participanţii stăteau în şir indian, primul îi spunea celei de-a doua persoane la ureche un cuvânt, care era transmis în acelaşi mod până la ultima persoană, care trebuia să spună cu voce tare ce a înţeles) şi va prezenta activitatea făcând analogia cu acest joc. În această activitate participanţii vor forma un şir indian. La unul dintre capete va sta un participant care va dicta un desen (desenul va fi alcătuit de coordonator din câteva forme grometrice; participantul care dictează modul de realizare al desenului nu are voie să îl arate niciunei alte persoane), iar la celălalt va fi o persoană care va desena. Singura modalitate prin care cei doi vor putea comunica va fi prin metoda telefonului fără fir. Persoanele care formează telefonul fără fir nu trebuie neapărat să transmită mai departe mesajul pe care îl primesc cuvânt cu cuvânt, ci ceea ce au înţeles. De asemenea, ele nu pot cere explicaţii suplimentare, iar odată ce au recepţionat un mesaj nu au voie să ceară repetarea lui, în cazul în care nu au înţeles anumite aspecte.

PASUL 4 Coordonatorul întreabă participanţii dacă au nelămuriri şi anunţă timpul care este pus la dispoziţie pentru efectuarea sarcinii. De asemenea, aminteşte faptul că scopul final al activităţii e reproducerea cât mai acurată a desenului.

debriefing

Ce v-a plăcut? Ce nu v-a plăcut?
Care au fost dificultăţile pe care le-aţi întâmpinat? Care au fost cauzele lor?
Comunicarea s-a realizat doar dinspre participantul care avea desenul spre cel care desena sau şi învers? Daca nu s-a întâmplat acest lucru, care e cauza (nu era nici o regulă care să interzică acest lucru)?
Cum am fi putut optimiza procesul de comunicare în această activitate?
Puteţi găsi asemănări cu viaţa de zi cu zi?
Ce am învăţat din acestă activitate?

De-a comunicatul

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: BILEŢELE CU ROLURI
ROLUL 1: Vei vorbi despre un subiect ales de tine, în aşa fel încât să îl convingi pe partenerul de discuţie de importanţa acelui lucru.
ROLUL 2.1: Nu vei fi deloc atent/ă la ceea ce spune partenerul de discuţie. Vei fi distras/ă de cât mai multe lucruri, te vei uita în altă parte, îl vei întrerupe pe partener.
ROLUL 2.2: Vei fi atent/ă la ceea ce spune partenerul de discuţie. Vei da aprobator din cap, pentru ca el să vadă că ai înţeles şi din când în când vei parafraza sau sumariza ceea ce spune.

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le spune participanţilor să formeze perechi de câte doi.

PASUL 2 Participanţilor li se dau bileţele cu roluri au, iar ei vor trebui să discute orice, respectându-şi cât mai bine rolul. (Coordonatorul poate da o temă de discuţie, dacă consideră că este de folos.)

PASUL 3 Participanţilor cu rolul numărul 2 li se distribuie bileţele cu al doilea rol, cel de ascultător activ. Participanţii vor trebui să repete pasul 2, cu noile bileţele.

PASUL 4 Fiecare participant îşi dezvăluie, pe rând, rolul avut în fiecare situaţie. (Coordonatorul poate întreba cine a avut rolul de vorbăreţ şi cine cel de ascultător neatent.)

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ca vorbitori, în ce situaţie v-a fost mai uşor să convingeţi partenerul de discuţie? (Când a fost ascultător pasiv sau ascultător activ?)
Cum v-aţi simţit, ca vorbitori, când nu aţi fost ascultaţi?
Cum v-aţi simţit când v-au întrerupt partenerii de discuţie?
Ce dificultăţi aţi întâmpinat când aţi încercat să îi convingeţi?
Cum v-aţi simţit fiind ascultători pasivi (sau „neascultători")?
Cât de uşor v-a fost să respectaţi acest rol?
Ce dificultăţi aţi întâmpinat când a fost nevoie să nu ascultaţi ce vi se spune?
Cum v-aţi simţit fiind ascultători activi?
Cât de uşor v-a fost să respectaţi acest rol?
Ce dificultăţi aţi întâmpinat când a fost nevoie să ascultaţi activ? (Cât de greu a fost când a trebuit să sumarizaţi, să aprobaţi, să parafrazaţi?)

Tunelul de apă

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 20 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: SUB 10 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/ MARE
MATERIALE/ RESURSE: PAIE, PAHARE DE PLASTIC, RECIPIENTE CU CANTITĂȚI EGALE DE APĂ ÎNĂUNTRU

descriere

PASUL 1 Se vor forma aleatoriu două sau mai multe echipe (în funcţie de numărul total de participanţi)

PASUL 2 Fiecare dintre participanţii echipelor primesc câte un pai, iar fiecărei echipe i se dă câte un pahar de plastic şi un recipient cu o anumită cantitate de apă (egală pentru toate echipele).

PASUL 3 Echipele primesc informaţia că scopul jocului este acela de a umple paharul cu apă cu ajutorul paielor şi a cantităţii de apă pe care o au la dispoziţie în 10 minute. De asemenea, participantul care pune apă în paie nu are voie să facă parte din şir, iar paharul nu poate fi folosit pentru a scoate apă din recipient.

PASUL 4 Jocul se încheie la trecerea celor 10 minute, iar echipa câştigătoare este aceea care reuşeşte să umple paharul cu apă.

debriefing

Ce vi s-a părut cel mai greu? Dar cel mai uşor?
Cum s-a realizat comunicarea în grup?
Cum aţi comunicat sub presiune?

Insula naufragiaților

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 20 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: <10 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/MARE
MATERIALE/ RESURSE: PIXURI, POST-IT-URI, COLI DE HÂRTIE

descriere

PASUL 1 Participanţii se aşază în cerc. Coordonatorul împarte câte un post-it şi câte un pix fiecărui participant, după care anunţă următoarea situaţie:

Te afli pe un vas de croazieră în largul Oceanului Pacific. În urma unei furtuni îngrozitoare, vasul începe să ia apă la bord, iar singura şansă de supravieţuire este aceea de a vâsli, în singura barcă de salvare pe care o aveţi, către o insulă ce pare nepopulată de oameni, ci doar de animale periculoase. Dacă ar fi să ai la dispoziţie orice obiect, dar ar trebui să alegi unul singur pe care să îl iei cu tine pe insula pustie, care ar fi acela?

PASUL 2 Coordonatorul roagă participanţii să noteze obiectul ales pe post-it. După ce fiecare a notat obiectul, coordonatorul împarte aleatoriu participanţii în mai multe echipe (de câte 4-5 persoane).

PASUL 3 Fiecare echipă primeşte instrucţiunea de a folosi fiecare obiect într-o strategie comună a echipei. Strategia are în vedere fie rămânerea în siguranţă pe insulă, fie plecarea de pe insulă. Echipele primesc coli de hârtie şi pixuri pentru a nota strategiile luate în considerare.

REGULI:
2 participanţi sunt muţi
1 participant poate răspunde doar prin desen
1 participant poate răspunde doar prin cântat

PASUL 4 Fiecare echipă îşi va prezenta mai întâi obiectele pe care le-a avut la dispoziţie, iar apoi strategia, în faţa celorlalte grupuri.

debriefing

Cum vi s-a părut activitatea?
Ce vi s-a părut cel mai greu?
Ce aţi simţit pe parcursul jocului din perspectiva comunicării?
Cum rezolvăm problemele de comunicare?

Chimia însoțită

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PERSOANE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: RECOMANDAT PENTRU TOATE TIPURILE DE GRUPURI
MATERIALE/RESURSE: EŞARFE/FULARE/ALT MATERIAL PENTRU A LEGA PARTICIPANŢII LA OCHI

descriere

PASUL 1 Participanţii sunt împărţiţi în echipe de câte doi, după cum doreşte coordonatorul.

PASUL 2 În fiecare echipă, unul dintre participanţi este legat la ochi, iar cei doi se vor ţine de mână. („Coechipierii au voie să comunice doar verbal, singura atingere

permisă fiind ţinutul de mână pe tot parcursul jocului.")

PASUL 3 Participanţilor li se explică faptul că, aşa cum sunt, legaţi la ochi şi de mână, va trebui ca fiecare participant legat la ochi, la indicaţiile verbale ale coechipierului care vede, să atingă o persoană din altă echipă pentru ca astfel echipa să fie eliminată din joc. („Pentru cei care văd: este important să fiţi atenţi atât la scopul de a elimina celelalte echipe, cât şi la acela de a vă feri echipa de pericolul de a fi eliminată. Pentru cei care nu văd: ghidaţi-vă după ceea ce vă spune coechipierul. Câştigă echipa care rămâne ultima în joc.").

PASUL 4 În funcţie de timpul pe care coordonatorul îl poate aloca acestui joc, el poate fi reluat prin schimbarea rolurilor coechipierilor între ei.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum vi s-a părut jocul? V-a plăcut, nu v-a plăcut? Ce v-a plăcut, ce nu v-a plăcut?
Cum aţi comunicat în echipă?
Ce dificultăţi aţi întâlnit în comunicarea cu coechipierul în atingerea scopului?
Cum putem folosi ceea ce am observat prin acest joc în situaţii de viaţă reale?

Fișele dispoziției

CATEGORIE: COMUNICARE
TIMP ACTIVITATE: 20 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCATIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU
MATERIALE/ RESURSE: HÂRTIE, PIXURI/MARKERE/CREIOANE, SCOTCH

descriere

PASUL 1 Fiecare dintre participanţi primeşte câte o foaie de hârtie şi un pix. coordonatorul îi anunţă că au la dispoziţie trei minute pentru a descrie/desena pe foaie cum se simt (dispoziţia lor) în acel moment.

PASUL 2 După cele trei minute, coodonatorul de joc le spune: „Vă rog să folosiţi scotch-ul şi să vă lipiţi foaia pe piept."

PASUL 3 „Acum vă rog să vă plimbaţi prin sală să puneţi întrebări şi să citiţi fişele celorlaţi, scopul este să găsiţi persoanele care au o dispoziţie asemănătoare cu a voastră."

PASUL 4 „Acum, că s-au format grupurile pe dispoziţiile găsite, vă rog ca în următoarele 5 minute să descrieţi pe o foaie dispoziţia grupului vostru."

PASUL 5 Rugaţi grupurile să îşi prezinte dispoziţia.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul de cunoştinţe spre viaţa reală a participanţilor:
Cum vi s-a părut această activitate?
Cât de dificil a fost să comunicaţi cu ceilalţi/să puneţi întrebarile ca să găsiţi grupul?
Vi s-a părut dificil să vă exprimaţi în faţa celorlalţi când aceştia v-au cerut-o?
Cum vi s-a părut atunci când a trebuit să explicaţi celorlaţi starea desenată/ descrisă?
Vi s-a părut că descrierea per total a grupului descrie exact starea voastră?

tips & tricks

Aveţi grijă să nu rămână nimeni singur şi să îşi găsească fiecare câte un grup. Aveţi deja grupuri formate. Dacă veţi considera că sunt diversificate şi destul de omogene, se poate continua cu alte activităţi în acest format.

CUNOAȘTERE

Eu mă comport, tu ghicești

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 10-15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: 1 COALĂ A4/ PERSOANĂ, MARKER, BANDĂ SCOTCH, FOARFECĂ (SAU ALTCEVA CU CARE SE POATE TĂIA BANDA SCOTCH), SCAUNE (MAI ALES DACĂ SE JOACĂ ÎN INTERIOR, PENTRU A EVITA OBOSEALA DIN CAUZA STATULUI ÎN PICIOARE)

descriere:

PASUL 1 Luăm foile şi scriem pe fiecare câte o emoţie (e de preferat ca acestea să fie pregătite din timp şi să existe câteva în plus).

PASUL 2 Le spunem persoanelor să se aşeze într-un semicerc.

PASUL 3 Le prezentăm şi explicăm jocul.

PASUL 4 Rugăm prima persoană (fie de la dreapta la stânga, fie de la stânga la dreapta) să vină în faţă. Alegem aleatoriu o foaie cu o emoţie, dintre foile scrise de noi. Lipim foaia pe spatele persoanei.

PASUL 5 Persoana din mijloc va face un tur pe la fiecare persoană rămasă în semicerc, sau o piruetă, pentru ca toţi să vadă ce emoţie este scrisă pe spatele acesteia.

PASUL 6 Toţi cei aflaţi în semicerc se vor comporta cu persoana aflată în mijloc în acelaşi fel în care s-ar comporta dacă ea ar simţi emoţia care-i este lipită pe spate. Aceştia vor trebui, de asemenea, să evite să spună emoţia propriu-zisă. (Exemplu: tristeţe – „Vai, dar ce s-a întâmplat?”, „Nu te îngrijora, totul va fi bine!” şi NU „De ce eşti trist/ă?”)

PASUL 7 Persoana aflată în centru va trebui să ghicească ce emoţie are lipită pe

spate, în funcţie de comportamentele celorlalte persoane.

PASUL 8 După ce persoana din mijloc a ghicit emoţia, următoarea persoană va fi rugată să vină în faţă. (Pentru a evita o prelungire prea mare a jocului, se poate pune o limită de timp pentru a ghici emoţia.)

PASUL 9 Se repetă paşii 5-8, până când toate persoanele au ajuns în faţă să ghicească o emoţie.

debriefing:

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Care vi s-a părut cea mai dificilă parte în identificarea emoţiilor, când a trebuit să ghiciţi emoţia?
Care emoţie credeţi că a fost mai uşor de ghicit şi care mai greu?
Cum răspund cei din jur la emoţiile noastre?
Care vi s-a părut cea mai dificilă parte, atunci când a trebuit să vă comportaţi ca şi cum persoana din mijloc simte emoţia care i-a fost lipită pe spate?
La care emoţie v-a fost mai uşor să vă comportaţi în mod corespunzător şi la care v-a fost mai greu?
Există diferenţe de percepţie în ceea ce priveşte emoţiile? („De exemplu, pentru mine, gelozia poate însemna ceva diferit faţă de ceea ce crede altcineva că înseamnă. Poate că, pentru mine,să te superi că iubitul/a se uită în altă parte e gelozie, iar pentru altcineva e o reacţie normală.")
Ce anume credeţi că putem învăţa din acest joc?

Opţional: În loc de emoţii se pot folosi alte elemente, de exemplu stilurile de comunicare (pasiv, agresiv, pasiv-agresiv, asertiv) – necesită un alt debriefing.

Schimb de identitate

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: <15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere:

PASUL 1 Se prezintă jocul, precizând că este vorba de un joc de cunoaştere

PASUL 2 Participanţii se aşază pe scaune.

PASUL 3 Coordonatorul îi roagă să formeze diade.

PASUL 4 Coordonatorul anunţă prima regulă: „În diadele/grupurile formate fiecare persoană se prezintă partenerului de joc spunând numele şi cel puţin trei

caracteristici sau lucruri despre sine". Se anunţă timpul: „Pentru această activitate aveţi la dispoziţie cinci minute".

PASUL 5 După ce s-a prezentat fiecare partenerului şi a trecut timpul acordat, precizaţi a doua regulă: „Fiecare persoană din diada formată va lua identitatea şi se va prezenta întregului grup ca fiind celălalt, prezentându-se sub numele partenerului de joc şi precizând caracteristicile/ lucrurile pe care celălalt i le-a spus.

debriefing:

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul de cunoştinte spre viaţa reală a participanţilor:
Ce vi s-a părut dificil în această activitate?
Cu câtă usurinţă aţi reuşit să vă descrieţi celuilalt?

tips&tricks:

Puteţi preciza că nu trebuie să zică lucruri foarte intime, să fie ceva ce pot împărtăşi ulterior cu grupul.
Aveţi grijă ca fiecare participant să aibă partener. Dacă grupul este format dintr-un număr impar de persoane, atunci faceţi pereche cu persoana care nu are partener. Atunci „schimbul de identitate" va începe de la tine, pentru a putea ulterior să urmăreşti grupul.
Dacă grupul se cunoaşte sau sunt în grup persoane de care ştii că se cunosc, atunci puteţi face un joc de aranjare a lor pe scaune, pentru diversificare :). Exemplu: „Vă rog să vă aşezaţi după următoarele caracteristici: luna şi ziua în care v-aţi născut sau după înălţime etc."

variante:

Aveţi nevoie în plus de un bol cu bileţele şi îi rugaţi să extragă câte bilete doresc (înainte de începe jocul), apoi fiecare trebuie să spună partenerului de joc atâtea lucruri despre el câte bileţele a extras.

Gemenii

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: <15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU
MATERIALE/RESURSE: BILEŢELE CU NUME DE FILME/ PERSONAJE – CÂTE DOUĂ DE FIECARE

descriere:

PASUL 1 Participanţii se vor aşeza în cerc („Pentru început, vă rog să formaţi un cerc.")

PASUL 2 Fiecare participant va extrage câte un bileţel. Atenţie: fiecare persoană trebuie să aibă câte o pereche! În cazul în care există un număr impar de participanţi, puteţi face un grup de trei (în acest caz nu uitaţi să menţionaţi acest lucru) sau unul dintre traineri poate intra în joc.

PASUL 3 Fiecare persoană va încerca apoi să îşi găsească „geamănul" (persoana care are acelaşi bileţel). Menţionaţi că fiecare participant va trebui să facă cunoştinţă cu fiecare persoană cu care vorbeşte şi să îşi împărtăşească reciproc câte un lucru despre sine.

PASUL 4 După ce fiecare şi-a găsit perechea, cei doi vor trebui să găsească trei lucruri pe care le au în comun (daţi câteva exemple de astfel de lucruri: hobby-uri, mâncare preferată, caracteristici persoanele) pe care le vor prezenta ulterior. Asiguraţi-vă că toată lumea şi-a găsit perechea şi anunţaţi timpul pe care îl au la dispoziţie pentru a face acest lucru.

PASUL 5 Fiecare grup prezintă ce a aflat. Luaţi fiecare grupă pe rând pentru prezentare.

debriefing:

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul de cunoştinţe spre viaţa reală a participanţilor:
Cum vi s-a părut această activitate?
Ce dificultăţi aţi întâmpinat?
Cum a fost discuţia cu „geamănul" dumneavoastră spre deosebire de cea cu celelalte persoane?

Hârtia igienică

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/MARE
MATERIALE/ RESURSE: 1 SUL DE HÂRTIE

descriere:

PASUL 1 Participanţii vor forma un cerc.

PASUL 2 Participanţilor li se spune că sunt supravieţuitori pe o insulă sălbatică împreună cu restul participanţilor şi trebuie să îşi facă rezerve de hârtie, cât consideră fiecare că va avea nevoie, asigurându-se că va ajunge hârtia pentru toată lumea – fără a se oferi mai multe informaţii.

PASUL 3 După ce fiecare participant şi-a rupt bucăţi din sulul de hârtie, aceştia vor afla că pentru fiecare bucată ruptă vor împărtăşi grupului lucruri care le plac.

tips&tricks:

Puteţi fi cât mai convingători în argumentele oferite în descrierea situaţiei, pentru a le induce participanţilor nevoia de mai multe bucăţi de hârtie, pentru ca mai apoi să împărtăşească mai multe despre ei grupului.
Nu trebuie oferite informaţii cu privire la paşii următori, pentru a nu-i face pe participanţi să evite împărtăşirea prea multor lucruri despre ei.
Se poate trata cu umor situaţia care va apărea şi anume cea în care persoanele realizează numărul mare de bucăţi rupte – echivalente numărului de lucruri pe care vor trebui să le spună grupului (pentru a-i încuraja şi pe cei care nu se vor simţi atât de confortabil).

debriefing:

După încheierea jocului vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cât de greu a fost să împărtăşiţi lucruri despre voi?
La ce v-aţi gândit atunci când aţi realizat numărul de lucruri pe care trebuie să îl împărtăşiţi despre voi?
Aţi dori să adăugaţi şi alte lucruri înafară de cele pe care le-aţi spus?

variante:

Acest joc poate fi utilizat pentru diferite cerinţe: să împărtăşească cu grupul lucruri despre ei, puncte forte pe care le au, pasiuni, aşteptări etc.

Cine sunt eu

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE + 5-10 MINUTE DE PREZENTARE A PRODUSULUI FINAL
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: COLI A4, PIXURI

descriere:

PASUL 1 Coordonatorul explică participanţilor că activitatea care urmează este una de autoreflexie în primul rând, dar poate fi şi o ocazie în care pot să afle lucruri unii despre alţii.

PASUL 2 Fiecare participant primeşte câte o foaie de hârtie pe care este scris începutul fiecărui vers dintr-o poezie de trei strofe, aşa cum urmează:

Eu sunt
Aş vrea să ştiu
Aud
Văd
Vreau
Eu sunt

Mă prefac
Simt
Ating
Mă îngriorează
Plâng
Eu sunt

Ştiu
Spun
Visez
Mă străduiesc
Sper
Eu sunt

PASUL 3 Participanţii sunt rugaţi să completeze fiecare vers al poeziei într-o manieră personală, astfel încât, la final, poezia să îi definească. Dacă participanţii doresc, se pot citi câteva poezii în plen, iar altele pot fi afişate într-o „expoziţie de autoreflexii".

tips&tricks:

Este indicat ca exerciţiul să se desfăşoare în linişte, fără ca participanţii să discute între ei. Participanţii îşi pot alege un loc în care se simt bine pentru a completa poezia.

Ghemul de sfoară

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: <15 MINUTE
LOCAŢIE: JOCUL SE POATE REALIZA ATÂT ÎN CADRUL UNEI ÎNCĂPERI CAT ŞI ÎN AER LIBER.
NUMĂR DE PERSOANE: ESTE RECOMANDAT PENTRU UN GRUP MEDIU (7- 12 PARTICIPANŢI)
MATERIALE/ RESURSE: Un ghem de sfoară

descriere:

PASUL 1 Formatorul introduce jocul participanţilor.

PASUL 2 Formatorul le cere participanţilor să se aşeze într-un cerc.

PASUL 3 Formatorul explică participanţilor că fiecare va primi ghemul şi va spune o aşteptare pe care o are de la grup, legând sfoara în jurul mâinii şi aruncând ghemul mai departe unei alte persoane.

PASUL 4 Sfoara va conecta toţi participanţii din grup.

debriefing:

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ce puteţi observa acum la grupul nostru?
La ce ne duce cu gândul aceste legături care s-au format datorită ghemului de sfoară?

variante:

Jocul poate consta în împărtăşirea unor aspecte despre propria persoană sau în conturarea unor caracteristici despre persoana căreia i se aruncă ghemul.

Ziarul

CATEGORIE: CUNOAŞTERE /ICEBREAKER
TIMP ACTIVITATE: <15 MINUTE (ÎN FUNCŢIE DE CÂT HOTĂRĂŞTE COORDONATORUL)
TIMP DEBRIEFING: <15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR.
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: UN ZIAR SAU O REVISTĂ.

descriere:

PASUL 1 Participanţii vor sta aşezaţi în cerc, în picioare.

PASUL 2 Unul dintre participanţi va veni în mijlocul cercului şi va primi un ziar rulat.

PASUL 3 Coordonatorul va striga numele unei persoane care formează cercul. În acest moment, persoana din mijloc va fugi spre cel al cărui nume l-a auzit, pentru a-l atinge cu ziarul. Persoana care şi-a auzit numele trebuie să spună repede numele altui participant, înainte de a fi el lovit. Când o persoană e atinsă cu ziarul înainte de a apuca să spună alt nume, el este cel care va lua locul din centru.

PASUL 4 Jocul se repetă cât timp doreşte coordonatorul sau până fiecare participant ajunge în centru.

variante:

În loc de ziar/revistă poate fi folosit şi un alt obiect, de mărimi aproximative cu cele ale unui ziar. Este important ca obiectul să nu fie unul care să poată provoca dureri participanţilor, dacă sunt atinşi mai puternic cu el.

Cunoaște-ți vecinul

CATEGORIE: JOC DE CUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI.
TIMP DEBRIEFING: <15 MINUTE
LOCAŢIE: JOCUL POATE FI JUCAT ŞI ÎN INTERIOR, ŞI ÎN EXTERIOR. (ÎN FUNCŢIE DE SPAŢIUL EXISTENT).
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (>12 PERSOANE)
MATERIALE /RESURSE: JOCUL NU NECESITĂ MATERIALE

descriere:

PASUL 1 Participanţii vor fi aşezaţi în cerc, în picioare.

PASUL 2 Jumătate dintre participanţi, fiecare a doua persoană, vor face doi paşi în faţă, formându-se astfel un cerc mai mic în interior. Participanţii se vor grupa doi câte doi, rămânând în forme de cerc.

PASUL 3 Perechile se vor întoarce cu spatele unul la celălalt.

PASUL 4 Coordonatorul va da startul, iar atunci persoanele vor începe să păşească spre dreapta/stânga, cercurile învârtindu-se în sensuri opuse. E important ca ei să rămână cu spatele la celălalt cerc cât timp se învârt.

PASUL 5 La următorul semnal al coordonatorului, toţi se vor opri şi se vor întoarce cu faţa spre persoana care este în spatele lor, după care îşi vor spune numele. („La semnalul meu, vă opriţi şi vă întoarceţi cu faţa spre cel din spatele vostru, după care vă veţi prezenta.”)

PASUL 6 După ce participanţii şi-au spus numele, coordonatorul va pune o întrebare, iar participanţii îşi vor spune răspunsul unul altuia. Întrebările vor fi legate de caracteristici/preferinţe ale oamenilor. Se va lăsa pentru fiecare întrebare

un timp (2-3 minute).

Exemple de întrebări:
Care este cea mai mare frică a ta?
Ce ai face dacă ai şti că vei trăi 200 de ani?
Care sunt planurile tale pentru următorii 5 ani?
Ce speri să se întâmple în această tabără?
Dacă ar fi să alegi, ai prefera să fii înmormântat sau incinerat? De ce?
Ce ai prefera? Să fii o fată cu mustaţă sau un băiat cu voce de fată? De ce?
Dacă ai fi un instrument, ce ai prefera să fii? De ce?
Dacă ai fi un animal, ce ai vrea să fii? De ce?
Dacă ar trebui să trăieşti fără unul dintre următoarele lucruri, la ce ai renunţa: pastă de dinţi sau deodorant?
Fă-i un compliment celui din faţa ta.
Ce ai face dacă ai câştiga un miliard de euro?
Ai prefera un Trabant funcţional sau un BMW stricat?
Ce lege ai dori să adaugi în Constituţia României?
Ce ai face dacă ai fi muscă pentru o zi?
Care este jobul tău de vis?
Cum ar arăta o zi perfectă din viaţa ta?
Ce ţi se pare mai suportabil dintre: a dormi cu lumina aprinsă sau a fi bâzâit toata noaptea de un ţânţar?

PASUL 7 După expirarea timpului, participanţii se vor întoarce din nou cu spatele unii la alţii, iar activitatea se repetă până când participanţii au ajuns să vorbească cu majoritatea celor din cercul opus.

PASUL 8 O parte dintre participanţi schimbă locul (din cercul mare trec în cercul mic şi invers). Este important să NU facă toţi acest lucru. („Acum vă rog ca o parte din voi să schimbaţi locul cu persoana din faţa voastră.")

PASUL 9 Activitatea se reia (Pasul 5 – Pasul 7). Jocul se încheie la terminarea întrebărilor sau în momentul în care decide coordonatorul.

variante:

În cazul în care există posibilitatea să existe o sursă care să producă muzică suficient de tare încât să fie auzită de toţi participanţii, începerea muzicii va însemna semnalul de start, iar oprirea ei semnalul de oprire. Întrebările pot fi alese de coordonator, atâta timp cât nu intră în intimitate şi nu ofensează în vreun fel.

Cine sunt eu?

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL PARTICIPANŢILOR
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: PENTRU TOATE TIPURILE DE GRUP
MATERIALE/RESURSE: FOI ŞI PIXURI

descriere:

PASUL 1 Participanţii vor scrie fiecare câte un bileţel cu numele lor şi o caracteristică proprie.

PASUL 2 Toate bileţelele vor fi amestecate, iar pe rând fiecare participant va trebui să extragă câte un bileţel şi să mimeze în faţa grupului cuvântul de pe bileţel. Este important ca grupul să ghicească atât trăsătura, cât şi numele participantului de pe bileţel.

debriefing:

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum v-aţi simţit fiecare în postura de mim/persoană mimată?
Ce fel de dificultăţi aţi întâlnit în realizarea jocului?
Au fost persoane care nu au mimat deloc? De ce?

Ce lucruri noi aţi aflat despre propria persoană?

Povestea iepurașului de la oraș

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: 10 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: ORICE TIP DE GRUP
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, INSTRUMENTE DE SCRIS, FOI PRINTATE CU URMĂTOARELE ÎNTREBĂRI: 1) CE EMOȚIE CREZI CĂ AI FI SIMȚIT TU, DACĂ AI FI FOST ÎN PIELEA IEPURAŞULUI? 2) PE O SCALĂ DE LA 1 LA 10, CÂT DE INTTENSĂ A FOST EMOȚIA?

descriere:

PASUL 1 Coordonatorul le spune participanţilor că vor avea de ascultat o poveste, iar apoi vor fi nevoiţi să răspundă la întrebările de pe foaie.

PASUL 2 Coordonatorul citeşte rar, clar, următoarea poveste:

„A fost odată ca niciodată un iepuraş. Iepuraşul trăia într-o perioadă în care viaţa era foarte agitată, la fel ca alergătura lui. Avea haine de călcat seara în vizuina lui, curăţenie de făcut, morcovi de pus pe post de sandvici pentru următoarea zi. Dormea puţin peste noapte şi ziua alerga tot timpul, ba spre facultate, ba spre alte locuri. Nu mergea încet printre oameni, pe stradă. Nu pentru că nu putea, ci pentru că era constrâns de timp. Voia non-stop să facă mai mult, voia să facă două lucruri odată. Voia să aibă grijă şi de iepuroaica lui, dar şi să lucreze la visul lui de a cultiva morcovi pe acoperişul blocurilor. Nu reuşea tot timpul, astfel că

adesea, dacă acorda atenţie unui domeniu, neglija altul. Nu reuşea să găsească un echilibru, dar încerca tot timpul. Într-o zi, un om l-a oprit la o trecere de pietoni aglomerată şi l-a întrebat:"

PASUL 3 Participanţii răspund în scris la întrebare. Coordonatorul le spune „Vă rog să răspundeţi în scris la cele două întrebări. Încercaţi să detaliaţi răspunsul la întrebarea 1. Aveţi 5 minute la dispoziţie."

PASUL 4 Coordonatorul cere câtorva participanţi voluntari să citească răspunsul la întrebare (dacă grupul e mediu sau mare) sau fiecărui participant dacă grupul e mic.

debriefing:

Ce observaţi, cum sunt răspunsurile?
Cum sunt emoţiile oamenilor, cu privire la acelaşi eveniment? („Diferite" e răspunsul dorit.)
Ca intensitate, emoţiile sunt la fel văzute de fiecare dintre noi? („Nu" e răspunsul dorit.)
Dacă emoţiile sunt altele şi evenimentul e acelaşi, ce diferă? („Modul în care oamenii văd lumea" e răspunsul dorit.)
Morala: nu evenimentele ne dictează direct emoţiile, ci modul în care le interpretăm noi, gândurile pe care le avem faţă de acel eveniment.

Ceasul

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: 25 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: HÂRTII A4 ŞI PIXURI

descriere:

PASUL 1 Se cere participanţilor să deseneze pe o foaie un ceas. În interiorul ceasului se vor desena orele (pentru o variantă mai scurtă se pot desena doar ora 12, 3, 6 şi 9).

PASUL 2 Coordonatorul le va pune la dispoziţie participanţilor trei minute, în care aceştia vor trebui să stabilească întâniri între ei la toate orele înscrise în cadranul ceasului, aceştia neavând voie să se întâlnească de două ori cu aceeaşi persoană şi notând pe ceas numele persoanei cu care vor avea întâlnirea.

PASUL 3 Coordonatorul îi va anunţa pe candidaţi că, la ora precizată de el, participanţii se vor întâlni cu persoana cu care au stabilit întâlnirea şi vor discuta cinci minute pe o anumită temă.

PASUL 4 Coordonatorul anunţă ora 3 şi participanţii se vor întâlni, începând să discute în perechi despre cel mai mare vis pe care îl au. La ora 6, participanţii

se vor întâlni cu persoanele notate pentru ora 6 şi vor discuta despre unde se văd peste cinci ani pentru încă 5 minute. La ora 9, participanţii se întâlnesc cu persoanele aferente orei şi vor discuta despre un moment penibil prin care au trecut. La ora 12, participanţii se vor întâlni pentru a discuta despre lucrul pe care l-ar cumpăra dacă ar fi milionari.

debriefing:

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Aţi găsit uşor răspunsul la temele de discuţie?
Aţi găsit puncte comune de interes cu partenerul de discuţii ?
Cât de greu a fost să împărtăşiţi cu partenerul de întâlnire răspunsurile la temele de discuţie ?

"Scrisoare către mine"

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/ AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: MINIM 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PARTICIPANŢI: GRUP MIC/MEDIU
MATERIALE/RESURSE: FIŞE, PIXURI

descriere:

Este o activitate care se realizează individual, cu scopul de autocunoaştere şi reflectare asupra propriei persoane.
PASUL 1 Fiecare participant trebuie să îşi găsească un loc, dar nu foarte aproape de alţi participanţi. I se oferă o fisă pe care să o completeze despre el:

„Cel mai bine mă pricep la ....."
„Cel mai mult îmi place să...."
„Nu îmi place să..."
„Cel mai greu îmi este să..."
„Principala mea calitate este..."
„Unul dintre punctele mele care trebuie îmbunătăţit este..."
PASUL 2 Vor trebui apoi să completeze următorul tabel cu informaţii personale:

PASUL 3 Fişele rămân la fiecare persoană sau, dacă grupul e de acord, se pot prezenta celorlalţi.

debriefing:

Ce aţi învăţat din această activitate?
Aţi reuşit să vă clarificaţi unele aspecte despre voi? (Dacă nu, de ce?)
Credeţi că activitatea v-a ajutat să reflectaţi asupra propriei persoane? Cum?

trips&tricks:

Dacă participanţii nu se descurcă, se poate oferi un exemplu personal.

Cel mai important lucru pentru tine

CATEGORIE: AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: < 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: < 30 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: BILEŢELE DE HÂRTIE, PIXURI

descriere:

PASUL 1 Fiecare participant va primi câte 10 bileţele de hârtie, în care vor fi rugaţi să noteze cele mai importante 10 lucruri pentru ei, în ce ordine doresc.

PASUL 2 După ce toţi participanţii au terminat de notat, aceştia vor fi rugaţi să elimine în timp de un minut câte un bileţel, rând pe rând, astfel încât să rămână doar cu 5 bileţele, socotite ca fiind cele mai importante dintre cele 10 notate.

PASUL 3 Din cele 5 bileţele rămase, participanţii vor fi rugaţi să elimine, rând pe rând, 4 dintre ele. Pentru fiecare eliminare au la dispoziţie doar 10 secunde, astfel încât să rămână în faţă cu bileţelul pe care e notat cel mai important lucru pentru ei.

debriefing:

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Aţi ales greu cele mai importante 10 lucruri pentru voi?
La ce v-aţi gândit când vi s-a spus să eliminaţi 5 dintre acestea?
Ce aţi simţit când vi s-a spus că aveţi la dispoziţie doar 10 secunde pentru a elimina, rând pe rând, 4 dintre cele 5 bileţele?
Cât de greu v-a fost să alegeţi acel singur lucru cel mai important pentru voi?
Credeţi că aţi făcut alegerea corectă?
De ce consideraţi că acel lucru, cu care aţi rămas, este cel mai important pentru voi?

Te apreciez pentru că...

CATEGORIE: CUNOAŞTERE/AUTOCUNOAŞTERE
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE (TIMPUL POATE CREŞTE DACĂ SUNT MAI MULŢI PARTICIPANŢI)
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
NUMĂR DE PARTICIPANȚI: GRUP MEDIU/MARE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI DE HÂRTIE, SCOTCH, PIXURI

descriere:

PASUL 1 Coordonatorul le va spune participanţilor să se aşeze în cerc, pentru a le putea comunica următoarea activitate.

PASUL 2 Li se va spune ca fiecare va primi o foaie A4, care va fi lipită pe spatele lor, cu scotch.

PASUL 3 După ce vor avea toţi foaia lipită, fiecare va scrie pe spatele celorlalţi participanţi un motiv pentru care îi apreciază.

PASUL 4 După ce toţi participanţii au scris celorlalţi motivele pentru care îi apreciază, fiecare îşi va da foaia jos de pe spate şi va citi ceea ce scrie.

debriefing:

Ce ai observat atunci când ai citit motivele pentru care eştiapreciat de cei din jur? Există o caracteristică pe care ceilalţi nu au observat-o la tine şi pe care ţi-ai dori să o împărtăşeşti?

tips & tricks:

Dacă există 20 de participanţi, atunci pe spatele fiecărei persoane trebuie să existe 19 motive de apreciere.
Jocul se realizează după ce participanţii au avut la dispoziţie o perioadă de timp în care să se cunoască.

CREAREA IDENTITĂȚII

Mix-ul uman

CATEGORIE: CREARE A IDENTITĂŢII DE GRUP
TIMP ACTIVITATE: APROXIMATIV 60 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING 20 DE MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)/GRUP MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: (ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PERSOANE) PÂNZĂ SAU FOI FLIPCHART/FOI A3, CREIOANE COLORATE (SAU MARKERE COLORATE/VOPSEA/CARIOCI)

descriere

PASUL 1 Formatorul formează 3-4 sau mai multe grupuri. E important ca într-un grup să nu fie mai mult de 10 persoane. Membrii se aşază în cerc sau semicerc. Grupurile se formează numărând de la 1 la 4 (după numărul de grupe care se formează). Formatorul va merge şi va spune numărul corespunzător fiecăruia.

PASUL 2 Se formează echipele. Fiecare echipă va primi un număr egal de creioane/acuarele/markere/carioci şi foi. E important ca formatorul să spună acest lucru echipelor.

PASUL 3 Formatorul explică ce vor avea de făcut cu materialele. Oamenii vor avea sarcina de a construi un chip uman folosind elemente din aspectul fizic (preferabil doar din zona capului) al tuturor membrilor grupului.

PASUL 4 Formatorul precizează că e nevoie să aleagă şi 3 lucruri importante/ valori care să definească personajul pe care îl vor concepe. E foarte important ca majoritatea să fie de acord cu cele 3 valori. În probele următoare, vor trebui să acţioneze în conformitate cu acestea în deciziile pe care le iau.

PASUL 5 Formatorul le spune cât timp au la dispoziţie pentru a face acest lucru: 30 de minute

PASUL 6 După scurgerea celor 30 de minute, formatorul cere fiecărei echipe să prezinte ce au desenat, să explice desenul şi să enunţe/explice cele 3 valori ale fiecărui personaj (maximum 5 minute/echipă)

debriefing

Cum v-aţi simţit făcând această activitate?
Vă percepeţi ca fiind mai apropiaţi faţă de membrii grupului?
Ce ne apropie ca oameni?
La final, i-aţi perceput mai asemănători pe cei din propria echipă şi mai diferiţi pe cei din afară?
Ce învăţăm din acest exerciţiu despre modul în care ne formăm prietenii?
Ce învăţăm din acest exerciţiu despre modul în care îi percepem pe cei pe care-i cunoaştem?
Ce învăţăm din acest exerciţiu despre modul în care îi percepem pe cei pe care nu-i cunoaştem?

WePuzzle

CATEGORIE: CREARE A IDENTITĂŢII DE GRUP
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING 10 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: REVISTE, ZIARE, BROŞURI, FOARFECE, SCOTCH, PIXURI/CARIOCI/ MARKERE, FOI DE FLIPCHART/CARTOANE FORMAT A2

descriere

PASUL 1 Jocul este proiectat pentru a fi jucat în echipe. În funcţie de numărul de participanţi, se pot forma mai multe echipe aleatoriu (participanţii pot sta în cerc şi fiecare spune pe rând câte un număr de la 1 la n, n fiind numărul de echipe care se doresc a fi formate). Dacă există echipe gata formate, ele pot rămâne aşa cum sunt, în funcţie de scopul dorit pentru activitate.

PASUL 2 După ce s-au format echipele, fiecare va primi o foaie de flipchart sau un carton A2, o foarfecă, scotch şi hârtii colorate. Revistele, ziarele, broşurile vor fi aşezate într-un loc comun, la care participanţii vor putea să aibă acces.

PASUL 3 Coordonatorul le explică participanţilor că scopul activităţii este ca echipa să creeze un puzzle care să îi reprezinte şi care să devină simbolul lor, să constituie identitatea lor. Pentru aceasta, fiecare echipă va trebui să îşi stabilească de comun acord o valoare, o idee etc. care să îi reprezinte şi pentru care să găsească în revistele şi materialele puse la dispoziţie imagini reprezentative.

PASUL 4 Hârtiile colorate se taie în aşa fel încât să arate ca nişte piese de puzzle. Pe acestea se vor lipi imaginile găsite, iar la final „piesele" de puzzle se vor asambla pe foaia de flipchart/cartonul A2.

PASUL 5 Echipele îşi prezintă puzzle-ul propriu, descriind celorlalţi participanţi imaginile şi motivul pentru care ele reprezintă ideea sau valoarea comună a echipei. Puzzle-urile se pot afişa ulterior pe un perete.

debriefing

Cum v-aţi simţit în timpul activităţii? Ce v-a plăcut cel mai mult pe parcursul activităţii?
Cât de uşor/greu este să găsim valori sau idei comune cu cei din jurul nostru?
Ce aspecte aţi luat în considerare când aţi ales ideea/valoarea care să vă reprezinte (aspecte fizice, aspecte spirituale etc.)?

Colajul

CATEGORIE: CREARE A IDENTITĂŢII DE GRUP
TIMP ACTIVITATE: 20-30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15-20 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/MARE
MATERIALE /RESURSE: ZIARE, REVISTE (VECHI, CARE NU MAI SUNT NECESARE), FOARFECĂ, SCOTCH, CARIOCI, COLI A4, COLI A3 SAU FLIPCHART (DE PREFERAT)

descriere

PASUL 1 Coordonatorul împarte persoanele în grupe de minim 3 persoane (dacă sunt mai multe persoane, câte 5-6 în fiecare grup).

PASUL 2 Fiecare grup primeşte materialele mentionate anterior (cât mai multe ziare, reviste).

PASUL 3 Mai întâi, fiecare membru, separat, trebuie să decupeze din reviste şi ziare idei, lucruri, fraze, obiecte despre care consideră că îl reprezintă. Sau poate desena ceva pe o coala ministerială utilizaând carioci, poate decupa forme, în funcţie de preferinţe (10 minute).

PASUL 4 În această etapă, în cadrul grupului, fiecare împărtăşeşte ce a creat, ce a ales. Apoi, trebuie să pună cap la cap materialele alese, pentru a găsi lucruri comune, care să le reprezinte echipa şi să construiască un colaj care să cuprindă toate ideile discutate. Fiecare membru trebuie să se regăsească în colaj, să îşi găsească identitatea. Este important ca echipa să reuşească să integreze ideile fiecăruia într-un tot unitar.

debriefing

Aici se vor discuta colajele realizate, iar fiecare echipă trebuie să explice ce reprezintă colajul, care sunt ideile comune descoperite în cadrul echipei. Vor avea loc discuţii publice, pentru a afla şi ceilalţi ideile fiecărei echipe.
ÎNTREBĂRI AJUTĂTOARE: De ce aţi ales să construiţi colajul în acest fel? Care sunt ideile comune regăsite?

Tips & tricks

Dacă participanţii pierd prea mult timp folosind foarfeca, pot să rupă pur şi simplu componentele.
E important de menţionat că nu e vorba de etalarea unor talente artistice, ci despre ideile comune ale grupului.

Construiește un afiș

CATEGORIE: CREARE A IDENTITĂŢII DE GRUP
TIMP ACTIVITATE: < 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: < 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: ESTE RECOMANDAT PENTRU GRUPURI MARI (>12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: REVISTE, LIPICI, FOARFECĂ, COALĂ DE HÂRTIE A0

descriere

PASUL 1 Participanţii vor fi rugaţi să se ajute de materialele existente astfel încât să construiască un afiş pe coala de foaie A0 despre cum văd ei grupul în care sunt, cum ar vrea să fie grupul şi cum se văd ei ca făcând parte din acest grup.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
V-a fost greu să selectaţi materialele care să vă ajute să rezolvaţi cerinţa jocului?
Cât de mult vă regăsiţi în ceea ce aţi făcut?
Credeţi că ceea ce aţi făcut fiecare în parte se leagă, astfel încât acesta să reprezinte un afiş final al grupului?

Cine sunt, cine suntem?!

CATEGORIE: CREARE A IDENTITĂŢII GRUPULUI
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 10-15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, CREIOANE COLORATE SAU ACUARELE ŞI PENSULE, FOARFECE, LIPICI

descriere

PASUL 1 Participanţii sunt rugaţi să se aşeze în cerc, pentru a li se comunica

instrucţiunile jocului.

PASUL 2 Coordonatorul anunţă că fiecare participant va primi câte o foaie A4, pe care va trebui să deseneze un lucru care îl/o caracterizează (poate să fie un obiect, o fiinţă...) şi pot utiliza creioanele colorate sau acuarelele care li s-au pus la dispozitie. Pentru a face acest lucru, participanţii au la dispozitie 5 minute.

PASUL 3 Coordonatorul îi anunţă pe participanţi că timpul a expirat şi îi va ruga să revină în cerc pentru a primi următoarele instrucţiuni.

PASUL 4 În funcţie de numărul de participanţi, coordonatorul va împărţi persoanele în grupuri mai mici (minim 3 – maxim 7), în mod aleatoriu.

PASUL 5 Coordonatorul va anunţa grupurile că următoarea sarcină este aceea de a-şi crea o identitate a grupului, iar acest lucru înseamnă că, adunând desenele de la toţi membrii grupului, aceştia trebuie să găsească un nume, o siglă, un salut şi un motto. Li se atrage atenţia că este important ca fiecare desen să fie folosit în realizarea acestui lucru. Sunt anunţaţi că, pentru acest lucru, au la dispoziţie 15 minute.

PASUL 6 După ce au terminat, fiecare grup va ieşi în faţă şi se va prezenta în faţa celorlalţi: îşi vor spune numele, motto-ul, îşi vor prezenta sigla şi salutul.

debriefing

Cum aţi decis cum vor fi folosite desenele?
A fost greu sau uşor să integraţi toate desenele?
Au existat dificultăţi?
Există o situaţie din viaţă cu care aţi putea compara acest joc?

Aceștia suntem noi!

CATEGORIE: CRERE A IDENTITĂŢII GRUPULUI
TIMP ACTIVITATE: 20 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10-15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, CREIOANE COLORATE SAU ACUARELE ŞI PENSULE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul va împărţi participanţii în grupuri de câte 5-6 persoane.

PASUL 2 Coordonatorul le va cere echipelor să îşi conceapă fiecare câte un slogan şi un logo care să conţină minim 3 elemente unice şi minim 3 elemente comune cu ale celorlale grupuri.

debriefing

Ce reprezintă aceste elemente unice caracteristice grupului vostru?
De ce aţi ales aceste elemente comune cu ale celorlalte echipe?
La ce vă ajută să aveţi elemente unice?
La ce vă ajută să aveţi elemente comune cu celelalte echipe?

Grădina zoologică cu struțo-cămile

CATEGORIE: CREARE A IDENTITĂŢII GRUPULUI
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 DE MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU
LOCAȚIE: INTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI DE FLIPCHART, CREIOANE COLORATE ŞI/SAU MARKERE COLORATE/ACUARELE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le cere participanţilor să se împartă pe echipe, în funcţie de numărul de participanţi (aproximativ 4 persoane într-o grupă).

PASUL 2 Fiecare echipă va primi câte o foaie de flipchart. Materialele folosite la desenat vor fi puse la comun. Coordonatorul le cere participanţilor ca, într-o primă etapă, să se gândească la o caracteristică personală principală. Apoi, fiecare echipă va realiza un desen care să înfăţişeze un animal (poate fi inventat sau poate fi alcătuit din mai multe animale) care să surprindă caracteristicile tuturor membrilor grupului.

PASUL 3 După ce toate desenele au fost realizate, participanţii formează un singur grup, în cadrul căruia să găsească o metodă cât mai inovativă în care să prezinte expoziţia lor de animale, modul în care pot fi îmbinate diferenţele şi asemănările dintre toate caracteristicile surprinse.

PASUL 4 Se realizează prezentarea.

debriefing

Cum vi s-a părut această activitate?
Cum a fost să îmbinaţi toate caracteristicile personale în posterul pe echipe? Dar apoi, când a trebuit să faceţi prezentarea?
Ce aţi descoperit despre voi, ca grup, în urma acestei activităţi?
Ce aţi învăţat?

Vânătoarea de poze

CATEGORIE: CREARE A IDENTITĂŢII DE GRUP
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAŢIE: EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/ RESURSE: APARAT FOTO (SAU TELEFON CU CAMERĂ FOTO)

descriere

PASUL 1 Coordonatorul formează echipele în mod aleatoriu (în funcţie de numărul de participanţi).

PASUL 2 Fiecare echipă primeşte instrucţiunea de a surprinde într-o oră, prin fotografie, aspectele comune întregului grup. Câteva sugestii de aspecte pe care le pot surprinde în poze: o valoare, un loc din natură agreat de toţi, o situaţie din viaţa de zi cu zi care îi reprezintă sau pe care o apreciază (doi bătrânei de mână, un copil care se joacă, un tânăr care cântă la chitară), un moment în care toţi participanţii fac împreună un lucru ieşit din comun etc.

PASUL 3 Pozele realizate astfel se vor lipi pe un panou al echipei, care va deveni panoul „identităţii" lor.

debriefing

Cum vi s-a părut activitatea?
Ce vi s-a părut cel mai greu? Dar cel mai uşor?
Aţi reuşit să vă identificaţi cu echipa?
Ce impact are un astfel de exerciţiu asupra relaţiilor dintre voi sau asupra identităţii de grup?

Describe your identity

CATEGORIE: CREAREA IDENTITĂŢII DE GRUP
TIMP ACTIVITATE: 50 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: RECOMANDAT PENTRU TOATE TIPURILE DE GRUP
MATERIALE/RESURSE: HÂRTIE, CARTONAŞE DE HÂRTIE – 20 PENTRU FIECARE PARTICIPANT, BOLURI – PENTRU FIECARE ECHIPĂ, PIXURI/MARKERE, PÂNZĂ, ACUARELE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul de joc va împărţi fiecărui participant câte 20 de cartonaşe

de hârtie şi un pix. Participanţii sunt rugaţi să scrie pe cartonaşe 20 de cuvinte care îi descriu. Acestea pot să fie orice, de la un cuvânt care descrie o atitudine, la adjective/metafore etc. De exemplu: drăguţ, mare, roz, eficient etc. Pentru această activitate, coordonatorul le acordă 5 minute.

PASUL 2 La terminarea celor 5 minute, coordonatorul roagă participanţii să formeze un cerc, după care va împărţi grupul pe echipe. După ce s-au format echipele, coordonatorul va strânge de la fiecare membru al grupului cartonaşele de hârtie şi le va pune într-un bol: „În grupul format veţi căuta cât mai multe cuvinte care să vă descrie ca grup. Fiecare are în acest bol cartonaşele de hârtie cu 20 de cuvinte care îl descriu. Dintre ele, vom încerca să găsim cât mai multe care să fie comune şi să descrie grupul în care sunteţi. După ce am reuşit să ne formăm identitatea grupului, folosindu-ne de cuvintele alese, veţi compune un imn al grupului şi veţi picta/desena un logo/tablou care să vă reprezinte.” Coordonatorul împarte pânza şi acuarelele.

PASUL 3 După 40 de minute, participanţii vor forma un cerc şi sunt rugaţi să prezinte tabloul şi imnul celorlalte echipe.

debriefing

Cum v-aţi simţit? Cât de bine vă descrie pe voi ceea ce aţi creat?
Vă regăsiţi în ceea ce aţi creat ca grup?
Acest exerciţiu v-a ajutat să vă apropiaţi de grup?
Unde aţi întâmpinat greutăţi?
Ce vi s-a părut dificil la această activitate?

tips & tricks:

Dacă ştiti câte echipe doriţi să formaţi, împărţiţi de la început cartonaşe de hârtie colorate, iar persoanele care au primit cartonaşe de aceeaşi culoare pot să formeze o echipă.

MANAGEMENTUL CONFLICTULUI

Hai să ne înțelegem

CATEGORIE: MANAGEMENTUL CONFLICTULUI
TIMP ACTIVITATE: 60 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: HÂRTII/CARTOANE COLORATE

descriere

PASUL 1 Pasul 1: Coordonatorul pregăteşte mai multe perechi de bilete de culori diferite (dacă sunt 10 participanţi, vor fi pregătite 5 perechi de bilete; biletele dintr-o pereche au aceeaşi culoare, iar perechile au culori diferite). Fiecare pereche de bilete reprezintă o pereche de roluri: de exemplu, într-o pereche, pe unul dintre bilete se va găsi rolul unui personaj indiferent, apatic, lipsit de chef şi care nu are nicio iniţiativă, iar pe celălalt bilet se va găsi rolul unui personaj impulsiv, care doreşte să ia decizii rapide, care se înfurie repede şi care nu tolerează apatia. Pentru fiecare pereche de bilete va fi gândită o situaţie pe care participanţii vor trebui să o rezolve împreună, din perspectiva rolurilor pe care le au.

Exemplu (o pereche de bilete):
BILET 1: Eşti un domn de vârstă mijlocie, foarte apatic şi indiferent la ceea ce se întâmplă în jur, deoarece consideri că nu merită să te agiţi pentru lumea asta nenorocită. Nu ai nicio iniţiativă în rezolvarea vreunei probleme care priveşte altceva decât propria persoană. De asemenea, devii foarte irascibil când cineva te scoate din zona de confort sau eşti confruntat cu o situaţie pe care trebuie să o rezolvi, dar care nu are nicio relevanţă personală.
BILET 2: Eşti un manager de birou care ai în subordine un grup de angajaţi. Eşti o fire impulsivă, vrei întotdeauna ca problemele să se rezolve repede şi lucrurile să nu se tărăgăneze. Îţi este foarte greu să tolerezi persoanele care nu au niciun fel de iniţiativă sau care nu răspund proactiv la ceea ce se întâmplă în jur.

PASUL 2 Înainte de începerea activităţii propriu-zise, participanţii se vor aşeza în formă de „U”, iar în spaţiul rămas liber vor fi aşezate două scaune, faţă în faţă. Pe

aceste scaune nu se va aşeza nimeni în primă fază.

PASUL 3 Biletele vor fi amestecate şi aşezate pe o masă (sau pe jos) şi fiecare participant va avea posibilitatea să îşi aleagă un bilet, după care va merge la loc.

PASUL 4 După ce şi-au ales biletele, participanţii citesc rolurile în tăcere, fără să spună celorlalţi ce rol au. În acest moment, coordonatorul le spune că va trebui ca ei să intre în acel rol şi să se poarte în concordanţă cu el atunci când le va veni rândul.

PASUL 5 Coordonatorul spune la întâmplare o culoare dintre cele existente. Participanţii care au biletele de culoarea respectivă vor ieşi în faţă şi se vor aşeza pe cele două scaune goale, faţă în faţă. În acest moment, coordonatorul le dă celor doi participanţi câte un bileţel cu o situaţie (pe care fiecare îl citeşte în tăcere) şi le spune că va trebui să rezolve situaţia împreună, din perspectiva rolului pe care l-au primit la început. Perechea de participanţi are la dispoziţie 5 minute să ajungă la un consens.

Exemplu (situaţie de rezolvat):
SITUAŢIE PENTRU BILETUL 1: La locul de muncă urmează o inspecţie din partea unor oficiali, iar pentru vizita lor se cere zugrăvirea pereţilor biroului mare în care lucrezi cu alte 15 persoane. Managerul a refuzat să anjageze o echipă de zugravi, considerând că zugrăvitul s-ar încheia mult mai repede dacă tot personalul din birou s-ar mobiliza pentru câteva ore. Managerul a împărţit un formular prin care doreşte acceptul de bună-voie al angajaţilor de a realiza împreună activitatea de zugrăvit. Deşi toţi colegii au acceptat, pe tine nu te interesează să zugrăveşti biroul, pentru că nu îi vezi rostul şi nu te afectează direct. Zugrăvitul trebuie să aibă loc mâine după program, pentru că poimâine e inspecţia.
SITUAŢIE PENTRU BILETUL 2: La locul de muncă urmează o inspecţie din partea unor oficiali, iar pentru vizita lor se cere zugrăvirea pereţilor biroului mare în care lucrează cei 16 angajaţi pe care îi ai în subordine. Ai refuzat să angajezi o echipă de zugravi pentru că ai considerat că, dacă angajaţii ar accepta să se mobilizeze şi să zugrăvească ei, ai economisi timp şi resurse financiare şi s-ar întări oarecum spiritul de echipă. Ai împărţit un formular prin care doreşti să ai acceptul tuturor angajaţilor cum că de bunăvoie doresc să se implice în activitatea de zugrăvit. Toţi au acceptat, mai puţin acel angajat care este tot timpul dezinteresat de orice activitate. Zugrăvitul trebuie să fie mâine după program, pentru că poimâine e inspecţia.

PASUL 6 Participanţii dezbat problema din perspectiva rolului pe care l-au primit. Când cele 5 minute au expirat, coordonatorul le mulţumeşte participanţilor şi cheamă următoarea pereche în faţă, care, la rândul ei, va primi o altă situaţie ce va trebui rezolvată. Jocul continuă până când toate perechile de participanţi au fost în faţă.

debriefing

Cum v-aţi simţit în timpul jocului?
Ce vi s-a părut cel mai dificil?
Ce se întâmplă când nu putem comunica cu persoana din faţa noastră?
Cum evităm/gestionăm conflictul?

Cea mai bună emblemă

CATEGORIE: MANAGEMENTUL CONFLICTULUI
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: < 30 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (>12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: FOI A4, PIXURI, CREIOANE COLORATE

descriere

PASUL 1 Participanţii vor fi împărţiţi în echipe de câte 3-5 membri.

PASUL 2 Fiecare echipă va trebui să deseneze o emblemă a grupului din care fac parte cu toţii.

PASUL 3 După ce fiecare echipă va termina de desenat, membrii acestora vor explica ce au desenat, de ce au ales să facă desenul respectiv, ce înseamnă şi cum se leagă de grupul din care fac parte.

PASUL 4 Urmează ca fiecare echipă să-şi promoveze emblema făcută şi să-i convingă pe participanţii din celelalte echipe să o voteze.

PASUL 5 Fiecare echipă îşi va promova emblema, urmând să voteze fiecare emblemă în parte, dacă va considera că merită să ajungă printre cele 3 embleme finaliste. Se vor vota doar emblemele despre care echipele consideră că merită să ajungă printre cele 3 finaliste. Atenţie: echipele nu îşi vor vota propria emblemă; acestea trebuie să fie cât mai convingătoare pentru a strânge cât mai multe voturi de la celelalte echipe.

PASUL 6 În final, rămân doar 3 echipe finale, din care celelalte vor elimina cu argumente susţinute 2 dintre embleme, astfel încât să rămână doar una câştigătoare.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
V-a fost greu să alegeţi împreună cu echipa o emblemă care să reprezinte întregul grup?
Aţi fost mulţumiţi de rezultatul final obţinut pe echipă?
Au apărut conflicte în echipa din care făceaţi parte?
Credeţi că nu v-au fost ascultate părerile de către membrii echipei?
V-a fost greu când a trebuit să promovaţi emblema făcută de voi?
Au existat persoane cărora nu le-a plăcut emblema făcută în echipă, dar au susţinut-o puternic în faţa celorlalte echipe?
Cât de dificil a fost să discutaţi cu membrii echipei astfel încât să cădeţi de acord cu privire la emblemele pe care să le votaţi pentru a fi între cele 3 finaliste?
Cum v-aţi convins între voi, în echipă, să votaţi o emblemă şi nu alta?
Toţi membrii din echipa voastră au fost de acord cu cele 3 embleme ajunse în finală?

V-a fost greu să aduceţi argumente pentru ca celelalte 2 embleme să fie eliminate? Cum v-aţi rezolvat conflictele din echipă atunci când nu cădeaţi de acord asupra eliminării celor două embleme?

Eu știu!

CATEGORIE: MANAGEMENTUL CONFLICTULUI
TIMP ACTIVITATE: 20 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15-20 DE MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE
LOCAȚIE: INTERIO/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, PIXURI

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le va spune participanţilor să se aşeze în cerc, pentru a le putea explica următoarea activitate.

PASUL 2 Pentru a putea realiza activitatea, participanţii vor fi împărţiţi în 2 grupe, iar fiecare dintre membrii grupului va primi câte un bileţel (pe care nu au voie să îl arate altei persoane), pe care sunt scrise rolurile pe care le au de îndeplinit.

ROLURILE:

ASERTIVUL
- încearcă să îi împace pe toţi şi să găsească soluţia cea mai potrivită;
- ascultă părerile celorlalţi şi vorbeşte în mod clar şi deschis;

MOROCĂNOSUL
- are întotdeauna ceva de comentat atunci când se ia o decizie;
- nu îi convin unele decizii, dar le poate accepta, într-un final;

FERICITUL
- nu îl interesează ce decizii sunt luate;
- pentru el este important ca oamenii să fie fericiţi şi să se bucure că sunt împreună.

AGRESIVUL
- doreşte ca ideea lui să fie pusă în practică;
- nu ţine cont de părerile celorlalţi;
- dacă este nevoie, ridică tonul, pentru a fi luată în calcul decizia lui;

ATOTŞTIUTORUL
- consideră că părerile lui sunt cele mai bune, că este suficient de bine documentat;
- consideră că el este singurul care poate să spună dacă ceva este bine sau rău;
- nu ţine cont de părerile celorlalţi;

PASUL 3 Scopul jocului este ca fiecare echipa să se gândească la felurile de mâncare pe care ar trebui să le servească un copil de 10 ani, pe parcursul unei zile. Trebuie sa fie minim 3 mese pe zi şi două gustări. Pentru a realiza această sarcină, au la dispoziţie 15 minute, apoi fiecare grup va trimite un reprezentant în faţă care va spune care este meniul la care s-au gândit.

debriefing:

Cum v-aţi simţit în rolurile pe care le-aţi avut de realizat? Vi se potrivesc?
Cum se luau hotărârile asupra meniului în cadrul grupului?
Unde aţi întâmpinat cele mai mari probleme?
Există situaţii din viaţa de zi cu zi care se aseamănă cu ce am făcut astăzi?

tips & tricks

Este nevoie de minimum 5 participanţi într-o echipă, pentru a putea distribui toate rolurile.
Dacă sunt mai mult de 5, atunci pot exista mai multe roluri de acelaşi tip.

Cine mi-a mâncat mâncarea?!

CATEGORIE: MANAGEMENTUL CONFLICTULUI
TIMP ACTIVITATE: 20 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (>12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: BILEŢELE PENTRU FIECARE PARTICIPANT

descriere

PASUL 1 Se formează două grupuri de participanţi. Se aşază în cerc, iar coordonatorul va trece pe la fiecare şi va spune, pe rând, 1, 2, 1, 2, 1, 2, formându-se astfel două echipe. Echipa 1 va veni într-un colţ, echipa 2 în alt colţ. (5 minute)

PASUL 2 Coordonatorul le va povesti un scenariu: „Imaginaţi-vă că sunteţi în natură şi urcaţi un munte. Pentru că drumul e greu, aţi luat destul de puţină mâncare ca să uşuraţi bagajele. Dar în această dimineaţă, după o zi lungă de urcuş şi aventură, vă treziţi fără un gram de mâncare. Nu a mai rămas aproape nimic. Sunteţi înfometaţi, urmează să aveţi o zi lungă de mers pe munte şi simţiţi că nu aveţi putere. Toate acestea nu s-ar fi întâmplat dacă grupul opus nu ar fi mâncat şi băut tot în petrecerea lor privată, de azi noapte." (2 minute)

PASUL 3 Coordonatorul dă câte un bileţel fiecărui membru din fiecare grup şi la va spune să acţioneze conform instruncţiunilor de acolo şi că nu au voie să arate ce au pe bileţel. (2 minute)

Un grup (1) va primi bileţele care au toate următorul mesaj scris: La orice nemulţumire sau plângere auzi, răspunzi în felul următor: „Înţeleg că te-a deranjat/te deranjează că... pentru că ... (explicaţia pe care o oferă celălalt)„ Încearcă să adopţi o atitudine pozitivă, de rezolvare a problemei de ambele părţi. Celălalt grup (2) va primi bileţele cu următorul mesaj: Spune dur orice nemulţumire, dar explică de ce eşti nemulţumit(ă), ce te-a deranjat. Refuză ofertele de colaborare.

PASUL 4 Se vor forma echipe de câte doi, un membru din grupul 1 şi un alt membru din grupul 2. Cel din grupul „care a rămas fără mâncare”, grupul 2, va trebui să se plângă, să-şi exprime nemulţumirea în maniera în care e scris pe bileţel. Cel din grupul 1 va trebui să răspundă respectând instrucţiunea de pe bileţel. (10 minute)

debriefing

Cum v-aţi simţit jucând acest joc?
Cum v-aţi simţit voi, cei din grupul 1?
Cum v-aţi simţit voi, cei din grupul 2?
Ce aţi învăţat?
E mai bine să adoptăm o atitudine defensivă, să ne opunem ferm, sau să încercăm să găsim un punct comun?
E mai bine să ne centrăm doar pe rezolvarea nemulţumirii noastre sau să ne gândim şi la perspectiva celuilalt? Voi ce credeţi?

Alegeri locale

CATEGORIE: MANAGEMENTUL CONFLICTULUI
TIMP ACTIVITATE: 40 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 30 DE MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI, CREIOANE COLORATE ŞI/ SAU MARKERE COLORATE, PIXURI

descriere

PASUL 1 Coordonatorul împarte participanţii în două echipe.

PASUL 2 Coordonatorul face introducerea jocului. Participanţii sunt membri în două partide (Partidul Gogoşilor Simple şi Partidul Gogoşilor cu Ciocolată Fină) care concurează pentru supremaţia asupra oraşului. Partidul Gogoşilor Simple sunt conservatori: ei nu îşi doresc să apară schimbări şi consideră că varianta clasică e cea mai potrivită pentru prosperitate. Partidul Gogoşilor cu Ciocolată Fină sunt liberalii: ei cred că doar schimbând totul pot ajunge la prosperitate. Pentru a se promova şi câştiga alegerile, fiecare echipă trebuie să îşi facă o campanie cât mai reuşită, pentru a convinge locuitorii oraşului să îi voteze. Pot folosi orice metode îşi doresc (discursuri, afişe etc.). Materialele pe care participanţii le pot folosi vor fi puse la comun. Lucrurile pe care cele două echipe le promovează în campaniile lor trebuie să fie în acord cu doctrinele lor.

PASUL 3 Se realizează prezentările într-o ordine aleatoare. Apoi participanţii vor avea ocazia să-şi regândească strategia în 2-3 minute şi urmează o nouă rundă de prezentări.

PASUL 4 Coordonatorul anunţă participanţii că un nou partid a intrat în competiţie. Campania lui e atât de bună, încât au câştigat deja încrederea

majorităţii persoanelor cu drept de vot. Singura şansă de a câştiga stă într-o alianţă. Cele două echipe trebuie să realizeze, în acest sens, o campanie comună, fără a-şi pierde însă identitatea.

PASUL 5 Se realizează noua prezentare.

debriefing

Cum a fost prima parte a jocului? Dar a doua?
Au apărut conflicte? Ce tip de conflicte au apărut (de exemplu: în interiorul grupului, între grupuri, din cauza materialelor etc.)? Puteţi exemplifica?
Cum le-aţi rezolvat?
Ce diferenţe puteţi observa între prima şi a doua parte a jocului?
Cum a fost ca foştii inamici să devină noii aliaţi?
Cum aţi negociat diferenţele, astfel încât niciuna dintre părţi să nu îşi piardă identitatea?
Ce aţi fi putut face diferit?
Ce aţi învăţat din această activitate şi puteţi folosi în viaţa de zi cu zi?

Portocala Mandez

CATEGORIE: MANAGEMENTUL CONFLICTULUI
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAŢIE: EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC (6-7 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: 1 PORTOCALĂ

descriere

PASUL 1 Se formează echipele în mod aleatoriu.

PASUL 2 Participanţii află despre Povestea Portocalei Mandez.

POVESTE: Mandez este personajul care deţine singura portocală Mandez. Trebuie să cumpăraţi acest fruct deoarece este unic. Având în vedere faptul că sunteţi 2 echipe, va trebui să vă luptaţi pentru singura portocală Mandez. Şi vă spunem în particular fiecărei echipe cum veţi face asta.

PASUL 3 Pentru coordonatorul jocului (acesta este Mandez): Fiecare echipă va primi un scenariu diferit prin care li se transmite că trebuie să cumpere acest fruct special şi că cealaltă echipă va încerca să trişeze în negocieri.

Echipele pot lua legătura cu Mandez doar printr-o singură persoană a grupului, pe care o vor delega membrii grupului.
Grupului A i se oferă instrucţiunea privată că au nevoie de coaja portocalei pentru a realiza principala componentă nucleară folosită pentru un scop umanitar neaşteptat.
Grupului B i se oferă instrucţiunea privată că au nevoie de pulpa portocalei pentru

a crea un ser util femeilor însărcinate din cauza unei boli care circulă în zonă şi care, fără acest ser, vor muri.

PASUL 4 Se comunică fiecărei echipe în parte că persoana delegată de echipă va negocia cu Mandez o singură dată, cu cel puţin 5 argumente alese în echipă, ambele persoane delegate fiind de faţă atunci când negociază, fără să divulge care este componenta de care au nevoie, ci doar scopul acestei componente. Liderii trebuie să îl convingă pe Mandez că nevoia lor este mai mare decât a celeilalte echipe prin cele 5 argumente. În tot acest timp, Mandez va încerca să-i provoace la discuţii pe cei doi lideri, astfel încît să îşi dea seama că au nevoie de componente diferite.

PASUL 5 Liderii echipelor se întorc în echipe şi negociază cu echipa adversă în plen. Scopul activităţii este acela de a realiza faptul că un conflict poate apărea din cauza unei comunicări ineficiente, din cauza transmiterii parţiale a informaţiei etc.

debriefing

Pe ce criterii aţi ales persoana care să vă reprezinte în negociere?
Cum v-aţi simţit atunci cînd aţi luptat pentru aceeaşi resursă?
Credeţi că cealaltă echipă a trişat în momentul negocierii?
Cum v-aţi simţit atunci când aţi realizat că vă luptaţi pentru resurse diferite?

Agenda ascunsă

CATEGORIE: MANAGEMENTUL CONFLICTULUI
TIMP ACTIVITATE: 20 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU
MATERIALE/ RESURSE: PIESE DE LEGO COLORATE, DE DIFERITE CULORI ŞI MĂRIMI (AVEŢI GRIJĂ CA SETUL SĂ CONŢINĂ ŞI PIESE ROŞII, ALBASTRE, NEGRE ŞI ALBE. E NEVOIE DE CÂTE UN SET PENTU FIECARE ECHIPĂ), CARTONAŞE (CARE AU ROL DE AGENDĂ ASCUNSĂ), FLIPCHART

descriere

PASUL 1 Coordonatorul de joc va împărţi grupul în echipe de maximum 4 persoane.

PASUL 2 Explicaţi jocul. „Scopul este să construiţi un zid din piesele de lego primite pe baza instrucţiunilor primite". Exemplu: zidul să aibă 6 rânduri în înălţime şi 2 pe lăţime (desenaţi pe un flipchart cum doriţi/trebuie să arate).

PASUL 3 Alegeţi câte un delegat din fiecare echipă, iar aceştia vor primi piesele de lego şi minimum 3 cartonaşe cu „agenda ascunsă". Este important să le spuneţi că nu să trebuie împărtăşească cu echipa ceea ce scrie pe cartonaşe. Este agenda lor ascunsă şi trebuie, la momentul potrivit, să intervină şi să decidă designul, să se impună conform cerinţei de pe cartonaş. Coordonatorul de joc va împărţi în mod

aleatoriu cartonaşele cu agenda ascunsă fiecărui delegat.

PASUL 4 Pentru această activitate aveţi la dispoziţie 15 minute. Câştigă echipa care reuşeşte să termine prima construcţia.

CARTONAŞELE CU AGENDA ASCUNSĂ:
Asiguraţi-vă că există 3 cărămizi albastre pe fiecare rând.
Asiguraţi-vă că nu sunt folosite cărămizi negre pe primul rând.
Asiguraţi-vă că există o linie verticală de cărămizi roşii de sus până jos.
Asiguraţi-vă că nu există mai mult de 3 culori pe fiecare rând.
Asiguraţi-vă că există o cărămidă albă la fiecare 2 rânduri.
Asiguraţi-vă că nicio cărămidă albastră nu atinge una roşie.
Asiguraţi-vă că fiecare rând conţine o piesă cu capse de 2x3.
Asiguraţi-vă că o piesă neagra de 2x4 este pusă lângă o piesă roşie 2x2.

debriefing

Aţi reuşit să vă atingeţi obiectivul?
Cine a reuşit să atingă obiectivul/obiectivele de pe agenda ascunsă?
Faptul că ai avut o agendă ascunsă a stârnit un conflict în grup?
Aţi reuşit să câştigaţi încrederea grupului, pentru a vă susţine ideea?
Care credeţi că a fost scopul activităţii?
Cât de dificil vi s-a părut să aduceţi mereu argumente pentru ceilalţi?

tips & tricks

E bine să fie 2 coordonatori de joc, pentru a urmări echipele.
Aveţi grijă ca, atunci când daţi piesele de lego delegaţilor, restul participanţilor să fie atenţi la explicaţile jocului şi nu la coordonatorul care împarte, pe lângă piese, şi agendele ascunse.
Puteţi să adaptaţi mesajul de pe agenda ascunsă; dacă nu aveţi piese de o anumită culoare, înlocuiţi.
Aveţi grijă ca delegaţii să nu dezvăluie grupului agenda ascunsă, să le explicaţi rolul acesteia.

alte variante posibile

În timpul jocului, alegeţi un alt membru al echipei căruia să îi strecuraţi o agendă ascunsă. Pentru a a pune mai multe „piedici”, daţi cât mai multe agende ascunse grupului.

DIFERENȚE CULTURALE

Balonul se prăbușește

CATEGORIE: DIFERENŢE CULTURALE/STEREOTIPURI
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: < 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: BILETE DE HÂRTIE PE CARE SUNT SCRISE ROLURILE FIECĂRUI PARTICIPANT. ROLURILE SUNT ALESE DE COORDONATOR. POSIBILE ROLURI: BANCHER, JUDECĂTOR, COPIL, FEMEIE, BĂRBAT, TÂNĂR ATLET LA OLIMPIADĂ, CĂLUGĂRIȚĂ, MEDIC, CÂȘTIGĂTOR PREMIU NOBEL LITERATURĂ, MEDIC CARE SĂ INVENTEZE LEACUL PENTRU CANCER, ADMINISTRATOR CORPORAŢIE MULTINAŢIONALĂ, CÂNTĂREAŢĂ OPERETĂ ETC.

descriere

PASUL 1 Participanţii se aşază în cerc, pe scaune.

PASUL 2 Fiecare participant extrage câte un bilet, aflându-şi astfel rolul.

PASUL 3 Coordonatorul jocului îi anunţă pe participanţi că se află într-un balon şi îi roagă să se prezinte fiecare. De data aceasta nu mai contează numele real, ci doar rolul de pe bilet („Ne aflăm într-un balon. Zburăm la o înălţime de 10 000 m. Este o excursie de vis, pe care aţi câştigat-o. Haideţi să vedem cine suntem cei care ne aflăm în balon. Fiecare, pe rând, va spune cine este, ţinând cont de indicaţiile primite pe bilet.")

PASUL 4 Coordonatorul jocului anunţă participanţii că balonul are probleme. Vor trebui să arunce 4 participanţi din balon pentru ca ceilalţi să supravieţuiască. În caz contrar, vor muri toţi. Participanţii nu au posibilitatea de a se arunca ei din balon. Pentru fiecare persoană care va fi aruncată din balon, grupul va lua o decizie comună. După 7 minute de discuţii, grupul trebuie sa comunice coordonatorului care sunt cele 4 persoane care vor fi aruncate din balon. („Atenţie! A intervenit o problemă. Balonul mai are puţin şi se va prăbuşi. Singura variantă de a rămâne în aer este ca 4 persoane să fie aruncate din balon. Va trebui să hotărâţi care sunt aceste persoane. Nimeni nu are voie să se autopropună. Fiecare dintre voi trebuie să îşi apere un loc în balon, motivând de ce anume el este îndreptăţit să rămână.

Aveţi la dispoziţie 7 minute pentru a propune cele 4 persoane care vor fi atuncate din balon.")

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Care au fost momentele dificile pe parcursul jocului?
Ce strategii aţi folosit pentru a-i convinge pe ceilalţi că meritaţi să rămâneţi în balon?
Ce strategii aţi folosit pentru a determina care sunt cele 4 persoane care vor sări din balon?
Pentru cei care aţi fost nominalizaţi să sară: de ce credeţi că s-a întâmplat acest lucru?
Cine a coordonat discuţiile? De ce?
Ce anume din ceea ce s-a întâmplat se aseamănă cu aspecte din viaţa reală?
Ce anume putem învăţa din acest joc şi putem folosi şi în situaţii reale de viaţă?

Tu nu meriți...pentru că...

CATEGORIE: DIFERENŢE CULTURALE
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 20 DE MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, PIXURI

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le va spune participanţilor să se adune în cerc, pentru a le putea prezenta urmatoarea activitate. Li se va spune că vor fi împărţiţi în două grupe, iar ei au sarcina ca împreună să scrie o poezie de 3 strofe, pe o temă la alegere. Li se va mai spune că vor avea la dispoziţie 15 minute, iar apoi fiecare grup va ieşi în faţă şi va prezenta ceea ce au realizat.

PASUL 2 Coordonatorul împarte grupul în două grupuri mai mici, în funcţie de orice criteriu de discriminare doreşte (înălţime, culoarea părului, diferenţe de gen), însă fără a le spune participanţilor adevăratul motiv („Pentru a putea realiza următoarea activitate, vă voi împărţi în 2 grupe.").

PASUL 3 După ce participanţii au fost împărţiţi, coordonatorul va începe să facă diferenţe vizibile între cele două grupuri. (Grupul 1 va sta pe scaunele din faţă, pe când cei din grupul 2 vor sta pe scaunele din spate; grupul 1 va fi lăudat, pe când cei din grupul 2 vor fi criticaţi pentru ceea ce fac.)

PASUL 4 După ce grupele au terminat de prezentat poeziile, coordonatorul îi va desemna câştigători pe cei pe care i-a favorizat de la început, iar apoi le va spune celor din grupul 1 că mai au o şansă, deoarece au la dispoziţie încă 15 minute pentru a realiza o altă poezie.

PASUL 5 De această dată rolurile se schimbă, iar grupul 2 va fi lăudat, apreciat, pus pe scaunele din față, în timp ce grupul 1 va fi criticat şi subestimat.

PASUL 6 După prezentarea poeziilor celor două grupuri, câştigători vor fi cei din grupul 2.

debriefing

Ce credeţi că s-a întâmplat în timpul activităţii?
Ce am vrut eu să demonstrez prin ceea ce v-am spus?
Cum v-aţi simţit atunci când aţi fost criticaţi, dezavantajaţi din cauza culorii părului (genului, înălţimii)?
Cum v-aţi simţit cei care aţi fost lăudaţi şi apreciaţi, în detrimentul celeilalte grupe?
Cum v-aţi simţit atunci când rolurile au fost schimbate?
Cunoaşteţi situaţii din realitate care se pliază pe acest joc?

tips & tricks

Pentru a fi cât mai credibil şi pentru ca participanţii să observe discriminarea care se realizează, coordonatorul va folosi expresii precum: ,,Cei cu părul blond vor sta în faţă (deoarece ştim cu toţii că ei sunt cei mai deştepţi), iar cei cu părul brunet în spate.",,Desigur că vor câştiga cei cu părul blond, deoarece poezia lor este mult mai bună decât a celor bruneţi, dar desigur că ne aşteptam."
Coordonatorul poate alege orice criteriu de discriminare doreşte, în funcţie de participanţii pe care îi are: de exemplu, dacă sunt şi fete şi băieţi, se poate folosi discriminarea de gen; dacă au persoane cu părul blond şi brunet, se poate folosi acest criteriu de discriminare.
Coordonatorul poate folosi şi recompense pe care le poate da pe parcursul jocului (bomboane ca premii pentru cei care câştigă), pentru a întări sentimentul de discriminare dintre participanţi.

Lanțul diversității

CATEGORIE: DIFERENȚE CULTURALE
TIMP ACTIVITATE: < 30 DE MINUTE (ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL PARTICIPANŢILOR)
TIMP DEBRIEFING: < 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC (< 7 PERSOANE), GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE) SAU GRUP MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: LIPICI DE HÂRTIE, BENZI DE HÂRTIE COLORATE (DIMENSIUNI APROXIMATIVE: 5X10 CM) DE CULORI DIFERITE, CÂTE 6 PENTRU FIECARE PARTICIPANT, INSTRUMENTE DE SCRIS (CÂTE UNUL PENTRU FIECARE PARTICIPANT)

descriere

PASUL 1 Coordonatorul va pune în încăpere/în zona de activitate hârtiuţele colorate, în diferite locuri.

PASUL 2 Fiecare participant va lua câteva bucăţi de hârtie.

PASUL 3 Coordonatorul le va cere participanţilor să se gândească la lucruri prin care ei sunt diferiţi şi asemănători cu restul persoanelor din încăpere. Pe fiecare bucată de hârtie, fiecare participant va scrie un lucru prin care se diferenţiază sau unul prin care se aseamănă cu ceilalţi participanţi. Dacă grupul are dificultăţi în a găsi diferenţe şi asemănări, coordonatorul le poate oferi câteva exemple: înfăţişare, ziua de naştere, hobby-uri, interese, comunitatea în care trăiesc, vârstă, statut marital etc.

PASUL 4 Participanţii vor veni pe rând în faţa grupului şi vor împărtăşi cu ceilalţi ce au scris pe bilet. Apoi se vor forma două şiruri de bilete: unul cu asemănări şi altul cu deosebiri.

PASUL 5 Se repetă pasul 4 până când toate persoanele au împărtăşit tot ce aveau scris pe fiecare bileţel, iar la sfârşit vom avea un lanţ de bileţele. Acesta poate fi expus în sala de activităţi pe parcursul taberei/workshop-ului.

PASUL 6 Coordonatorul le va spune participanţilor ce semnificaţie au lanţurile: „Lanţurile vor simboliza aspectele comune, dar şi unicitatea pe care fiecare persoană o aduce grupului."

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum vi se pare numărul caracteristicilor comune? V-aţi aşteptat să fie mai mare sau mai mic?
Nu vi se pare interesant faptul că, deşi venim din contexte diferite, cu background-uri diferite, avem multe asemănări?
Ce anume putem învăţa din acest joc şi cum putem folosi aceste lucrui în situaţii din viaţa reală?

tips & tricks

Numărul de bileţele pe care le va avea fiecare participant poate să varieze (nu mai puţin de 2-3 totuşi), în funcţie de numărul total de persoane şi de timpul disponibil.

Din altă lume

CATEGORIE: DIFERENŢE CULTURALE
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 20 DE MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
LOCAŢIE: INTERIOR
MATERIALE/RESURSE: SCAUNE ŞI PAHARE (UN NUMĂR EGAL CU NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI, O MĂSUŢĂ, UN BOL CU APĂ)

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le va spune participanţilor să se adune în cerc, pentru a le putea prezenta urmatoarea activitate. Participanţii vor fi împărţiţi în două grupe (femei şi bărbaţi – dacă sunt mai multe persoane de acelaşi gen, se vor forma două grupe egale: una care va juca rolul fetelor şi cealaltă a băieţilor, şi se vor folosi anumite însemne pentru a-i putea deosebi unii de ceilalţi).

PASUL 2 Coordonatorul anunţă participanţii să se aşeze pe cupluri: fată-băiat. („Acum vom forma cupluri. Vă rog să vă aşezaţi câte doi, adică o femeie şi un bărbat.")

PASUL 3 Participanţilor le este prezentat contextul jocului: toţi sunt cupluri care locuiesc într-un bloc în care s-a mutat o familie nouă. Nimeni nu ştie nimic despre ea, dar aceasta dă o petrecere la care a invitat toată lumea.

PASUL 4 Coordonatorul va cere o pereche care să se ofere voluntară pentru a fi gazdele petrecerii. Gazdele vor rămâne în încăpere pentru a primi instrucţiunile, iar restul de participanţi vor ieşi afară. („Acum gazdele noastre vor rămâne să se pregătească, iar restul vor ieşi pe hol.") Ideal ar fi să fie doi coordonatori: unul care să rămână şi să le explice gazdelor regulile şi unul care să iasă împreună cu restul participanţilor afară. Dacă acest lucru nu e posibil, coordonatorul va anunţa că participanţii care vor ieşi pe hol vor aştepta câteva minute până vor fi chemaţi înăutru.

PASUL 5 Coordonatorul descrie următoarele etape ale jocului participanţilor „gazde". Se va păstra un număr de scaune egal cu jumătate din numărul participanţilor şi se va pregăti o măsuţă cu tot atâtea pahare şi cu un bol cu apă. De asemenea, gazdele vor primi intrucţiunile pe care le au pentru petrecere: ele nu au voie să vorbească (se pot exprima doar prin semne) şi, de asemenea, trebuie să-i păstreze şi pe restul invitaţilor cât mai tăcuţi. Ele vor fi cele care vor conduce întreaga petrecere. La intrare vor trebui să îmbrăţişeze călduros pe toată lumea. Apoi îi vor invita pe restul să se aşeze, având grijă ca doar bărbaţii să se aşeze pe scaune, iar femeile jos, pe genunchi, în dreapta lor. Gazdele vor fi avertizate dinainte că, probabil, unii dintre bărbaţi vor vrea să ofere locul lor femeilor, dar nu trebuie să permită acest lucru. Apoi bărbatul din cuplul gazdelor se va aşeza şi el pe scaun. Femeia gazdă va fi cea care va oferi câte un pahar de apă fiecărui bărbat din cuplul invitat. Nimeni nu va fi lăsat să bea apă până nu vor primi toţi bărbaţii pahare. Apoi bărbatul din cuplul gazdă va da exemplu cum îi dă femeii apă, fără ca aceasta să atingă paharul. Vor fi încurajaţi şi restul bărbaţilor să facă acest lucru. Bărbaţii nu vor fi lăsaţi să bea deloc apă, iar femeile nu vor avea voie să atingă paharele. După ce toate femeile au băut apă, cuplul gazdă va demonstra cum bărbatul atinge pământul folosind fruntea femeii (bărbatul va impinge uşor fruntea femeii spre pământ). Vor fi încurajate şi celelalte cupluri să facă acelaşi lucru. Coordonatorul va face un scurt rezumat în care se va asigura că cei doi participanţi gazdă au înţeles ce au de făcut şi le va reaminti că nu au voie deloc să vorbească.

PASUL 6 Începe activitatea. Invitaţii sunt chemaţi înăuntru şi începe derularea scenariului. Atenţie: invitaţii nu vor afla scenariul înainte, ci vor fi conduşi de gazde.

PASUL 7 După ce activitatea s-a terminat, participanţilor li se vor pune câteva întrebări pentru a verifica starea generală (De exemplu: „Cum v-aţi simţit?",

„Cum vi s-a părut la început?", „Dar pe parcurs?", „Cum s-au simţit femeile?", „Dar bărbaţii?"). Apoi li se va explica faptul că gazdele lor provin dintr-o cultură pierdută şi că pe parcursul întregului joc s-au respectat cutumele după care au fost crescuţi. În cultura din care provin, pământul e sfânt. Femeia e curată şi bărbatul e murdar, de aceea doar femeia a avut voie să stea pe pământ (ea, fiind curată, poate atinge pământul sfânt, iar bărbatul, fiind murdar, nu are acest privilegiu). Singura conexiune a bărbatului cu pământul e femeia. Doar prin ea bărbatul are voie să atingă pământul şi de aceea bărbaţii ating cu fruntea femeii pământul – pentru a fi mai aproape de locul sfânt. Fiind curată şi singura în legătură cu pământul, în această cultură femeia e aproape venerată. De aceea bărbatul o apără şi o iubeşte atât de mult încât nu o lasă să facă nici măcar efortul de a bea singura apă. Aici, faptul că bărbatul îi oferă apă femeii e un semn de înalt respect.

debriefing

Cum vi s-a părut activitatea?
Cum vi s-au schimbat atitudinile acum, că ştiţi ce stă în spatele a ceea ce s-a întâmplat? (Fiţi atenţi să îşi exprime opiniile atât cei din grupul cu femei, cât şi cel cu bărbaţi, pentru a suprinde diferenţele,)
Aţi avut o atitudine dezaprobatoare la început? Dar acum, după ce aţi aflat întreaga poveste?
Ni se întâmplă să judecăm fără să cunoaştem şi în viaţa reală? Îmi puteţi da exemple?

Reclame internaţionale

CATEGORIE: DIFERENŢE CULTURALE
TIMP ACTIVITATE: APROXIMATIV 60 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 20 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC (< 7 PERSOANE), GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE) SAU GRUP MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: PLANŞE CARTONATE, CREIOANE/CARIOCI COLORATE, MATERIALE PRECUM DIFERITE REVISTE, ZIARE ŞI ALTE TIPURI DE RECLAME, LIPICI, FOARFECE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul, în funcţie de numărul de participanţi, va împărţi persoanele în echipe de câte 3-4 persoane. În cazul grupurilor mici, jocul poate fi realizat individual de fiecare participant.

PASUL 2 Fiecare echipă va primi un set de materiale care constă în: o planşă cartonată, un set de materiale tip reviste, ziare şi alte reclame, lipici, o foarfecă şi creioane/carioci colorate.

PASUL 3 Coordonatorul le va explica participanţilor că fiecare echipă reprezintă o anumită cultură (de exemplu, o echipă va reprezenta cultura chineză, o altă echipă, cultura braziliană şi o a treia echipă, cultura engleză). Participanţii vor trebui să

realizeze o reclamă care să ilustreze cât mai bine cultura lor, folosindu-se de materialele primite. Coordonatorul le specifică faptul că pot să fie cât de inventivi doresc în acest proces. Vor avea la dispoziţie, pentru această activitate, 15 minute.

PASUL 4 Fiecare echipă va prezenta în faţa celorlalţi participanţi reclama realizată.

PASUL 5 După ce fiecare echipă şi-a prezentat cultura din care face parte, coordonatorul îi anunţă faptul că reclama lor a atras turişti din România. Fiecare echipă va trebui să organizeze o primire tradiţională pentru aceşti turişti, sub forma unei scenete, ţinând cont de caracteristicile culturilor pe care le reprezintă.

PASUL 6 Fiecare echipă îşi va prezenta sceneta, coordonatorul jucând rolul turistului din România.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cât de dificil a fost să identificaţi caracteristicile culturilor pe care le-aţi reprezentat?
Ce aţi învăţat nou despre alte culturi?
Aţi identificat anumite elemente comune între aceste culturi? Dar elemente distinctive?

tips & tricks

Înaintea jocului se pot prezenta materiale video care să surprindă anumite elemente caracteristice fiecărei culturi.
În cazul în care printre participanţi se regăsesc persoane de alte naţionalităţi, atunci fiecare echipă va reprezenta cultura din care fac parte aceştia.
Este de preferat să existe mai mulţi coordonatori, pentru ca aceştia să joace împreună rolul turistului, fiecare având un profil diferit (turistul nemulţumit, turistul fotograf, turistul curios etc.).

În derivă

CATEGORIE: DIFERENŢE CULTURALE
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/ RESURSE: NU SUNT NECESARE.

descriere

PASUL 1 Se formează echipe în mod aleatoriu.

PASUL 2 Participanţilor li se comunică faptul că pe o barcă plutesc în derivă cîţiva naufragiaţi, iar dintre acestea trebuie să aleagă persoanele de care se pot „lipsi”

deorece rezervele de hrană şi apă se diminuează. Exemple de persoane aflate în barcă: un pastor, un musulman fundamentalist, o femeie însărcinată seropozitivă, un hoţ, un criminal, o prostituată, un beţiv, un om de afaceri, un om de ştiinţă, un copil de 10 ani etc.

PASUL 3 În echipe, participanţii vor face liste, începând cu prima persoană de care vor scăpa, până la ultimul supravieţuior, argumentând alegerile făcute.

PASUL 4 Participanţii îşi prezintă lista echipei lor, după care vor fi dezbătute alegerile făcute.

debriefing

De ce de o anumită persoană te poţi lipsi într-o situaţie de criză?
Cum te-ai simţi dacă ai fi în locul primei persoane de pe listă? Dar dacă ai fi ultima de pe listă?
Ce ne determină să credem că unele persoane „merită" să fie salvate, iar altele, nu?
Cum ne raportăm la anumite grupuri sociale?

ICEBREAKING

Continuă povestea

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (>12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Participanţii se aşază pe scaune, formând un cerc.

PASUL 2 Participanţii vor fi anunţaţi că urmează să compună împreună o poveste, fiecare spunând câte o frază, încheind cu unul dintre cuvintele: „astfel că", „deşi", „totodată", „şi", „acum", „pentru că".

PASUL 3 Coordonatorul spune prima frază, urmând ca toţi participanţii să fie implicaţi, pe rând, în continuarea poveştii.

Cine e după perdea?

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE) SAU MARE (PESTE 12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: O PERDEA/PĂTURĂ CAM DE ÎNĂLŢIMEA UNEI PERSOANE ÎNALTE. E IMPORTANT CA PRIN ACEASTA SĂ NU SE POATĂ VEDEA.

descriere

PASUL 1 Coordonatorul va alege doi voluntari care să ţină perdeaua. Aceştia nu vor juca.

PASUL 2 Participanţii vor fi împărţiţi în două echipe.

PASUL 3 Cei doi voluntari vor ţine perdeaua sus, iar cele două echipe vor sta de cele două părţi ale perdelei. E important ca perdeaua să fie ţinută suficient de sus, astfel încât membrii celor două echipe să nu se vadă unii pe alţii. (Dacă este necesar, voluntarii vor sta pe scaune.)

PASUL 4 Echipele se ordonează în şir indian.

PASUL 5 La semnalul coordonatorului („start"/ fluier/ bătaie din palme), perdelele sunt lăsate jos, iar primii participanţi din ambele echipe trebuie să rostească repede numele celui din echipa adversă. Câştigă puncte echipa celui care a spus primul şi a spus corect numele.

PASUL 6 Perdeaua se ridică, iar ordinea în rând se schimbă aleatoriu. Jocul se termină când hotărăşte coordonatorul.

alte variante posibile

În loc de a câştiga punctele, echipele pot câştiga persoana care a fost ghicită. În acest caz, jocul se termină când o echipă a câştigat toţi participanţii echipei adverse.

3C (Ce am, ce vreau, ce mă reprezintă)

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: 10-15 MINUTE. (DACĂ GRUPUL ESTE MARE, ACTIVITATEA S-AR PUTEA EXTINDE MAI MULT ÎN TIMP, CU APROXIMATIV 1 MINUT PE PERSOANĂ.)
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC (<7 PERSOANE), GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE), GRUP MARE (>12 PERSOANE).

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le explică participanţilor cum se va derula jocul. („Haideţi să ne cunoaştem puţin. Cei mai mulţi dintre noi ne mândrim cu o realizare proprie, avem o aspiraţie, o dorinţă pe care vrem să o îndeplinim şi putem să ne regăsim într-un simbol sau personaj. Vom merge pe rând, la fiecare, şi vom spune: numele mic, apoi o activitate/realizare de care suntem mândri, un ideal/obiectiv pe care vrem să-l atingem şi un simbol sau o valoare care ne reprezintă.")

PASUL 2 Coordonatorul începe şi dă un exemplu. „Eu sunt Cristi, am studiat psihologia, vreau să învăţ să sar cu paraşuta şi mă reprezintă perfecţionismul."

PASUL 3 Jocul se derulează, fiecare participant răspunde pe rând la cele 3 întrebări: Cu ce se mândreşte? Ce îşi doreşte să obţină? Ce îl reprezintă? Coordonatorul ajută persoana cu întrebări ajutătoare, atunci când vreun

participant se blochează sau nu ştie să răspundă. În caz că un participant nu vrea să răspundă la o întrebare, se va cere o întrebare alternativă.

EXEMPLE DE ÎNTREBĂRI AJUTĂTOARE:
Pentru „Cu ce se mândreşte”:
Ce-ţi place să faci?
La ce-ţi spun cei din jur că eşti bun?
În ce domeniu ai obţinut rezultate?
Pentru „Ce îşi doreşte să obţină”:
Dacă nu ar fi limite, ce ai face?
Dacă ştii că nu ai avea cum să dai greş, ce ai încerca?
Ce ţi-ai dorit dintodeauna sau când erai copil? S-a schimbat acum?
Pentru „Ce te reprezintă”:
Este vreun personaj de film/poveste care se aseamănă cu tine?
Care e caracteristica ta cea mai importantă?

Formează cuvinte/ acronime

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: < 30 DE MINUTE
LOCAŢIE: EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (>12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: APARAT FOTO (OPŢIONAL)

descriere

PASUL 1 Folosindu-şi toate părţile corpului, participanţii vor fi rugaţi să formeze diverse cuvinte/acronime („Aşezaţi-vă astfel încât să formaţi diverse cuvinte/ acronime”).

PASUL 2 Coordonatorul se va aşeza undeva mai departe şi mai sus de participanţi, oferindu-le indicaţii despre cum se pot aşeza, astfel încât cuvintele/acronimele să se vadă mai clar.

PASUL 3 (OPŢIONAL) Coordonatorul va face poze fiecărui cuvânt/acronim alcătuit de participanţi.

Semăn cu...deoarece...

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANTI – 30 SECUNDE/ PERSOANĂ + 5 MINUTE EXPLICAŢII
LOCATIE: INTERIOR/EXTERIOR

MATERIALE/RESURSE: UN SĂCULEŢ, BILEŢELE PE CARE SUNT SCRISE OBIECTE, FIINŢE, FENOMENE ALE NATURII ETC.

descriere

PASUL 1 Coordonatorul îi va ruga pe participanţi să se aşeze în cerc, pentru a putea lua parte la următorul joc.Acesta va avea în mână un săculeţ în care vor fi puse atâtea bilete câţi participanţi sunt, iar pe aceste bilete vor fi trecute denumiri de obiecte, situaţii (de exemplu: maşina, drum, soare, pisică, vânt).

PASUL 2 Coordonatorul va trece pe la fiecare participant, iar aceştia trebuie să extragă un bileţel, pe care nu trebuie să îl arate nimănui.

PASUL 3 Coordonatorul îi va ruga pe fiecare în parte să se ridice în picioare şi să spună care este cuvântul pe care îl au scris pe bileţel şi de ce se aseamănă cu acel obiect. (Exemplu: Am pe bileţel cuvântul ,,soare" – ,,Eu mă asemăn cu un soare, deoarece aduc bucurie în sufletele oamenilor pe care îi cunosc.") Jocul se termină atunci când toţi participanţii au spus ce au scris pe bileţel şi de ce se aseamănă ei cu acel lucru.

Jocuri de sociometrie

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
NUMĂR DE PARTICIPANŢI: GRUP MEDIU ŞI MARE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le va cere participanţilor să se alinieze în ordine crescătoare, după numărul de la pantofi. Când aceştia au reuşit, coordonatorul verifică dacă e corectă ordinea, întrebându-i pe fiecare în parte.

PASUL 2 Coordonatorul le va cere participanţilor să se alinieze după înălţime, în ordine crescătoare, dar de data aceasta neavând voie să folosească limbajul verbal. După ce au reuşit, coordonatorul verifică dacă ordinea e corectă.

PASUL 3 Coordonatorul le va cere participanţilor să se alinieze în ordine alfabetică, după oraşul natal, fără a avea voie să folosească limbajul verbal şi având la dispoziţie 3 minute. Coordonatorul verfică dacă ordinea este corectă.

PASUL 4 Coordonatorul le va cere participanţilor să se alinieze în funcţie de data naşterii, descrescător, neavând voie să folosească limbajul verbal şi având la dispoziţie 1 minut. Coordonatorul verifică dacă ordinea este corectă.

alte variante posibile

Coordonatoul poate alege diferite criterii, în funcţie de care participanţii trebuie să se alinieze, aceste criterii fiind congruente cu tema aleasă pentru respectiva întâlnire.

Eu, fără nume

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul roagă participanţii să se aşeze în cerc.

PASUL 2 Coordonatorul jocului explică participanţilor că fiecare dintre ei va trebui să îşi spună, pe rând, numele şi să facă o mişcare/un semn care îi caracterizează.

PASUL 3 Coordonatorul exemplifică, spunându-şi numele şi făcând mişcarea/ semnul în acelaşi timp. Îl urmează participantul din dreapta.

PASUL 4 După ce fiecare participant şi-a spus numele şi a făcut semnul/ mişcarea specific/ă, vom repeta pasul 3, însă, după ce fiecare participant se prezintă, ceilalţi participanţi îi repetă numele şi mişcarea.

PASUL 5 Se repetă pasul 4, încă 2-3 ture, din ce în ce mai repede.

PASUL 6 Se repetă paşii 4-5, însă fără a spune numele, ci doar prin a realiza mişcarea/ semnul fiecăruia.

PASUL 7 (OPȚIONAL) În loc de mişcare/semn, se poate spune un gând sau o emoţie care îi caracterizează.

Numele narcisist

CATEGORIE: ICEABREAKING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/GRUP MEDIU/GRUP MARE

descriere

PASUL 1 Fiecare participant este rugat să îşi spună prenumele şi un adjectiv care începe cu litera prenumelui. (Dacă nu găseşte un adjectiv cu litera prenumelui,

poate folosi litera numelui.)

PASUL 2 Participanţii vor fi strigaţi cu prenumele şi adjectival corespondent, pe tot parcursul zilei/ sesiunii/ trainingului/ workshop-ului/ jocului ce urmează.

Cine sunt eu?

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE (ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI)
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/ RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Participanţii se aşază în cerc. Coordonatorul anunţă scopul jocului, acela că fiecare participant se va prezenta în faţa grupului prin caracteristicile unui personaj animat îndrăgit.

EXEMPLU Eu sunt Jerry. Sunt foarte atent la orice este în jurul meu. Îmi place mâncarea bună şi mai ales să alerg, sportul fiind unul din hobby-urile mele. Ştiu să îmi fac loc şi să ajung acolo unde îmi doresc, chiar dacă uneori acest lucru presupune multe obstacole.

Perechi de lucruri comune

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Această activitate necesită un număr par de participanţi. Dacă grupul nu are un număr par, coordonatorul se poate alătura jocului. Fiecare participant trebuie să găsească o persoană din grup cu care are trei lucruri în comun. În momentul în care s-a format o pereche, cei doi trebuie să pornească în căutarea unei alte perechi formate cu care să aibă două lucruri în comun. După ce două perechi s-au găsit, cei patru formează o nouă echipă şi caută o altă echipă de patru cu care să aibă un lucru în comun. Dacă numărul de participanţi permite, jocul poate merge mai departe cu formarea echipelor de câte opt, şi aşa mai departe (în

acest caz, se poate porni, de exemplu, de la 5 lucruri pe care o persoană trebuie să le găsească în comun cu o alta, apoi perechile să găsească 4, apoi 3 etc.).

PASUL 2 Jocul se încheie în momentul în care întregul grup a găsit un lucru pe care îl au în comun.

Degetele cunoașterii

CATEGORIE: ICEBREAKING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
PARTICIPANȚI: GRUP MIC/MEDIU/MARE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul roagă participanţii să formeze un cerc.

PASUL 2 Coordonatorul le spune participanţilor că vor avea X minute la dispoziţie pentru a vorbi cu cât mai multe persoane. El va face o demonstraţie cu o altă persoană, arătând modalitatea pe care o vor folosi pentru a face acest lucru. Coordonatorul şi persoana care participă la demonstraţie se salută. Ambii ridică o mână undeva la nivelul pieptului (nu prea sus, astfel încât să îşi poată vedea feţele reciproc). Apoi, îşi vor uni degetele mari de la mâini şi îşi vor prezenta fiecare numele. În continuare, îşi vor uni degetele arătatoarele şi vor spune de unde sunt. Cei doi îşi vor uni următoarele două degete şi vor spune un lucru care le place, pentru următoarele două degete vor spune ceva ce nu le place şi pentru degetele mici vor spune câte un motiv pentru care participă la acest set de activităţi.

PASUL 3 Coordonatorul aminteşte întrebările la care participanţii trebuie să răspundă pentru fiecare deget şi faptul că aceştia trebuie să vorbească cu cât mai multe persoane. Întrebările pot fi modificate în funcţie de tipul de grup.

LEADERSHIP

Bomboanele

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: BOMBOANE, BILETE CARE CONȚIN DIVERSE CUVINTE STABILITE DE TRAINER

descriere

PASUL 1 Trainerul ascunde în încăpere un număr de bomboane egal cu numărul participanților. Fiecare bomboană are câte un bilet ataşat. Biletele cuprind diverse cuvinte, precum „pace”, „bătălie”, „teritoriu”, „balerină”, „hipopotam” etc.

PASUL 2 Trainerul pregăteşte bilete pe care sunt trecute diverse animale. Fiecare participant va extrage câte un bilet, astfel încât va afla care este animalul pe care îl reprezintă.

PASUL 3 Se formează echipe a câte 5-7 persoane care au extras acelaşi tip de animal şi fiecare echipă îşi desemnează un lider. Liderul nu va avea rolul unui animal, ci va fi un om. El va fi legat la ochi.

PASUL 4 Timp de 2 minute echipa are timp să se cunoască. Liderul descoperă ce animale sunt în echipa sa, se stabileşte un cod de comunicare şi o strategie prin care să se înţeleagă unii pe alţii.

PASUL 5 Echipa trebuie să găsească un număr cât mai mare de bomboane. Membrii echipei se răspândesc prin încăpere, caută bomboane şi, odată ce le găsesc, trebuie să-i comunice liderului unde anume se află bomboana (comunicarea se face exclusiv prin limbajul specific animalului pe care îl reprezintă).

PASUL 6 Odată ce sunt găsite toate bomboanele, echipele se vor întruni şi vor prezenta cuvintele ataşate bomboanelor. Strategia trebuie să cuprindă cuvintele ataşate de bomboanele găsite de fiecare echipă.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Care au fost momentele dificile din joc?
Ce strategie aţi stabilit? Aţi folosit strategia gândită iniţial? (Dacă NU, de ce nu aţi folosit-o?)
În ce situaţii de viaţă avem nevoie să ne facem strategii bine puse la punct?
Ce aţi face diferit dacă ar trebui să reluaţi activitatea?

Bățul năzdrăvan

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: < 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: < 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: UN BĂŢ LUNG DE APROXIMATIV 3 METRI

descriere

PASUL 1 Participanţii vor fi împărţiţi în două grupe şi vor forma două rânduri, unii cu faţa la ceilalţi. Este important ca ei să ştie că vor lucra ca o singură echipă.

PASUL 2 Participanţii vor ţine o mână îndoită în dreptul taliei, cu palma în sus, iar degetul arătător întins. Coordonatorul le arată cum.

PASUL 3 Coordonatorul aşază bățul pe degetele participanţilor şi le spune că sarcina lor este de a coborî bățul pe podea. Este foarte important ca toţi participanţii să atingă bățul cu degetul în permanenţă, fără a îndoi degetul. Dacă cineva nu atinge bățul, activitatea este oprită şi se porneşte de la început.

PASUL 4 Jocul se termină când sarcina a fost îndeplinită fără greşeală.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum vi s-a părut activitatea?
Ce vi s-a părut cel mai dificil?
Ce credeţi că trebuia să faceţi de la început?
S-a remarcat vreo persoană care să preia conducerea? Cum a fost aleasă această persoană?
Au fost persoane care să lucreze pe cont propriu?
Ce anume putem învăţa din acest joc şi cum putem folosi în situaţii din viaţa reală?

Construcția

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: 20-30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15-20 DE MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR (DACĂ E LINIȘTE ȘI SUNT MESE PE CARE SĂ SE CONSTRUIASCĂ)
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: ELASTICE, SCOBITORI, PLASTILINĂ, BALOANE, COLI MINISTERIALE, PAHARE DE UNICĂ FOLOSINȚĂ, CREIOANE, 3 COLI A4 CARE SĂ CONȚINĂ UN DESEN, O CONSTRUCȚIE (DE EXEMPLU, UN POD, O MAȘINA ANTICĂ, O PIRAMIDĂ).

descriere

PASUL 1 Participanţii sunt împărţiţi în 3 grupe egale (ar fi de preferat ca într-un grup să fie cel puţin 4 persoane)

PASUL 2 Din fiecare echipă se cere un voluntar căruia coordonatorul jocului să îi ofere instrucţiunile. Până ce li se explică celor 3 voluntari ce au de făcut, ceilalţi aşteaptă. Aceştia din urmă nu trebuie să ştie ce le spune coordonatorul liderilor. Cele 3 echipe trebuie să stea la distanţă unele de altele, pentru a nu vedea ce fac fiecare.

PASUL 3 Celor 3 li se spune că ei au primit rolul de lider în această activitate şi că trebuie să îşi asume acest rol pentru a le spune membrilor echipei ce să construiască. Voluntarii primesc aceeaşi imagine, care va trebui reprodusă de cele 3 echipe, cât mai aproape de cea originală.

Liderii nu au voie să spună echipei cum trebuie să arate construcţia, ci doar să le dea indicaţii (Exemplu: „Aveţi nevoie de elastice şi coli ministerial.”). Le poate spune cu ce se aseamănă sau să le dea cuvinte-cheie, dar să nu le spună efectiv la ce trebuie să ajungă sau cum să arate.

PASUL 4 Există 3 tipuri de lideri pe care voluntarii vor trebui să îi imite. Cei 3 vor extrage unul dintre urmatoarele bilete:

LIDERUL AUTORITAR:
Eşti un lider autoritar. Încerci să te impui prin a le da ordine subalternilor tăi şi a le spune ce să facă. Nu accepţi propuneri de la alte persoane. Îi critici dacă nu te ascultă. Le ordoni celorlalţi ce să facă. Poţi chiar să îi ameninţi. Îi certi dacă nu fac cum vrei tu sau dacă se îndepărtează mult de la ce ar trebui să iasă construit. Cel mai important este ca ei să te asculte, pentru că tu eşti şeful. De asemenea, vrei ca echipa ta să câştige, astfel că îi presezi din punct de vedere al timpului.

LIDERUL COOPERATIV:
Eşti un lider cooperativ. Le sugerezi idei subalternilor. Accepţi propuneri de la ei, pe care le discuţi împreună cu ei. Le sugerezi o imagine de ansamblu subalternilor. Le dai mereu feedback constructiv pe parcurs, pentru a şti şi ei dacă construcţia tinde să iasă precum imaginea originală. Le răspunzi la întrebări într-un mod asertiv, fără a le spune însă ce construcţie trebuie să iasă. Asculţi cu interes propunerile lor, le dai indicaţii care să îi ajute. Nu îi presezi din punct de vedere al timpului, doar le aminteşti cât timp mai au.”

LIDERUL PASIV:
Eşti un lider pasiv. Nu îţi pasă de echipă sau de construcţia care trebuie să iasă. Le dai câteva indicaţii foarte succinte cu privire la materiale, apoi faci altceva, te uiţi în gol. Nu le răspunzi la întrebări, sau spui că nu ştii, că nu e treaba ta. Dacă cineva propune idei, accepţi orice, chiar dacă se îndepărtează de la construcţia care trebuie să iasă. Nu te interesează acest lucru, tot ce vrei este să pleci cât mai repede acasă. Dacă subalternii te întreabă cât timp mai au, spui că nu ştii."

După ce voluntarii din cele 3 echipe extrag câte un tip de lider, li se mai spune că ei sunt cei care trebuie să monitorizeze timpul echipei lor (li se dă, de exemplu, 20 sau 30 de minute). În funcţie de rolul primit, trebuie sa îi informeze pe ceilalţi cât timp mai au sau nu.

PASUL 5 Li se oferă indicaţii celorlalţi membri ai echipelor:

„Sunteţi constructori şi trebuie să ascultaţi ce vă spune şeful vostru. Trebuie să realizaţi o construcţie utilizând materialele pe care vi le spune şeful vostru. Puteţi pune întrebări, dar nu pentru a întreba ce construcţie trebuie să iasă, ci referitor la materiale. Se pot pune întrebări la care şeful să răspundă cu „da" sau „nu" (Exemplu: „Ne apropiem de construcţia originală?").

PASUL 6 Are loc construcţia propriu-zisă. Liderii îşi vor anunţa membrii referitor la timpul pe care îl au şi la materialele pe care să le utilizeze. După ce timpul a expirat, toate echipele se opresc, indiferent dacă au terminat de construit sau nu.

debriefing

După ce timpul a expirat, vor avea loc discuţii cu grupul mare, dar toţi participanţii să rămână pe cele 3 echipe.
„Cum v-aţi simtit în cadrul activităţii?" (Probabil că unii nu s-au simţit în largul lor, au simţit frustrare.)
„Ce v-a plăcut? Ce nu v-a plăcut?"
Li se vor divulga rolurile pe care le-au avut cei 3 lideri şi indicaţiile pe care le-au primit aceştia. Li se va explica faptul că pot exista şi în viaţa reală astfel de lideri şi că trebuie să învăţăm cum să le facem faţă.

tips & tricks

Dacă e posibil, li se poate oferi un ceas de mână liderilor, pentru monitorizare. Dacă nu, se pot folosi de ceasul de pe telefon.

Labirintul

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: CRETĂ SAU BANDĂ ADEZIVĂ, FOI A4, PIX

descriere

PASUL 1 Coordonatorul desenează sau lipeşte cu bandă adezivă un patrat alcatuit din 25 de pătrate mai mici (ca o tablă de şah). Pătrăţelele mai mici trebuie să aibă diametrul potrivit pentru a putea sta o persoană în picioare în el. Tabelul va fi însemnat precum o tablă de şah, cu litere pe o latură şi numere pe latura paralelă. De asemenea, coordonatorul trebuie să deseneze pe foaie un traseu pe care participanţii ar trebui să îl urmeze, pe care apar şi nişte capcane (Exemplu: Dacă ai călcat în pătratul A5, trebuie să îi spui unui coechipier 3 lucuri pe care le apreciezi la el. Dacă ai călcat într-un alt pătrat care nu este marcat ca fiind potrivit, ai de îndeplinit o altă pedeapsă: trebuie să sari de 10 ori într-un picior etc.).

PASUL 2 După ce coordonatorul şi-a desenat traseul atât pe foaie (şi nu îl vede nimeni altcineva), cât şi pe jos, le spune participanţilor să se strângă în cerc pentru a le spune care este următoarea activitate şi pentru a le explica regulile.

PASUL 3 Coordonatorul le spune care sunt regulile jocului:

A. pentru a câştiga jocul, este necesar să treceţi prin labirint, de la un capăt în celălalt, în funcţie de traseul pe care eu îl am desenat pe foaie;
B. intrarea se face doar prin partea de jos (li se arată o latură a pătratului mare) şi se poate ieşi doar prin partea de sus a pătratului (i se arată latura opusă a pătratului);
C. trebuie desemnat un lider al grupului;
D. în cazul în care o persoană calcă într-un pătrat bun, va putea continua; în cazul în care va călca într-un pătrat care nu este bun, va primi pedeapsa care apare pe foaia coordonatorului la careul corespunzător şi va trebui să iasă din labirint şi să înceapă de la început traseul.

PASUL 4 Jocul se termină atunci când participanţii au reuşit să parcurgă tot labirintul.

debriefing

Cum te-ai simţit în postura de lider? Ai întâmpinat dificultăţi?Ai fi procedat altfel?
Cum l-aţi ales ca lider? În funcţie de ce?
Consideraţi că ar fi trebuit să procedeze altfel?

Democraţie vs. dictatură

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: 60 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 30 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (>12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: COLI A4, 4 FOARFECE, 4 ROLE DE SCOTCH

descriere

PASUL 1 Coordonatorul va forma 2 grupe cu număr egal de participanţi prin următorul algoritm: se aşază toţi în cerc. Coordonatorul trece prin faţa fiecăruia şi spune 1, apoi la următorul 2, la următorul 1, la următorul 2, astfel încât să se formeze 2 grupuri de persoane: D1 şi D2. (5 minute)

PASUL 2 În fiecare grup se va alege un lider. (5 minute)

PASUL 3 Coordonatorul spune grupurilor că vor primi câte un bileţel cu câte o regulă care va trebui respectată de toţi, pe tot parcursul jocului.

GRUPUL D1 (Democraţia) va primi următoarea regulă, scrisă pe un bileţel: Majoritatea participanţilor trebuie să discute, să-şi spună ideile şi să contribuie la luarea deciziei, în orice situaţie.

GRUPUL D2 (Dictatura) va primi următoarea regulă:
Niciun participant, în afară de lider, nu are dreptul să vină cu idei sau să contribuie la luarea deciziei, indiferent de situaţie. Liderul va da comenzi şi va direcţiona activitatea celorlalţi membri, iar membrii vor asculta şi vor acţiona după îndrumările liderului. (5 minute)

PASUL 4 Coordonatorul va explica ambelor echipe ce au de făcut:

„Veţi avea de construit un pod din hârtie. O să primiţi fiecare echipă o jumătate de toc de hârtie, 2 foarfece şi 2 role de scotch. Veţi avea la dispoziţie 30 de minute pentru a construi un pod care să aibă:

- lungimea a 2 coli de hârtie
- 6 picioare
- 2 balustrade
- 3 stâlpi de iluminat

E foarte important ca fiecare echipă să respecte tot timpul instrucţiunea primită pe bilet." (5 minute pentru a răspunde şi la eventualele întrebări)

PASUL 5 Participanţii au la dispoziţie 30 de minute pentru a finaliza activitatea.

PASUL 6 Coordonatorul opreşte activitatea după scurgerea celor 30 de minute, indiferent de stadiul atins de fiecare echipă, şi dă o altă sarcină.: „Vom ieşi afară şi vom face un cadou celeilalte echipe, din partea fiecărui membru. La fel ca în cazul sarcinii anterioare, va trebui să respectăm instrucţiunea primită la început pe bileţel. Pentru această sarcină vom avea 5 minute la dispoziţie." (5 minute pentru explicarea sarcinii, dacă mai apar întrebări, 5 minute pentru derularea activităţii propriu-zise. E important să existe presiunea timpului în această fază) (10 minute)

debriefing

Haideţi să împărtăşim cu ceilalţi ce am avut pe bileţel. (E important ca şi echipele să cunoască regulile primite de ceilalţi.)
Haideţi să comparăm rezultatele fiecărei echipe. (Ne aşteptăm ca la prima sarcină primul grup să se desurce mai bine, iar la a doua sarcină, al doilea grup să se

descurce mai bine.)
Ce putem învăţa de aici?
Ce ne-a plăcut, ce nu ne-a plăcut?
În ce situaţii e mai bine să acţionăm ca într-o democraţie, să ne consultăm, să venim cu idei, să luăm decizii la comun? (Situaţii cu sarcini complexe, fără o presiune mare de timp.)
În ce situaţii e mai bine să ascultăm de directivele unui lider? (Situaţii cu sarcini simple, cu o presiune mare de timp.)

Piramida

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 30 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE
MATERIALE/RESURSE: PAHARE DE PLASTIC, ELASTICE ŞI SFOARĂ

descriere

PASUL 1 Coordonatorul împarte în mod aleatoriu grupul în trei echipe (în funcţie de numărul de participanţi, fiecare echipă fiind formată din aproximativ 5 persoane).

PASUL 2 Coordonatorul le explică echipelor că vor avea de realizat o piramidă din 10 pahare, aşezate unul peste celălalt, conform modelului arătat de acesta: la bază sunt 4 pahare, urmate de 3 pahare, 2 şi 1.

PASUL 3 Coordonatorul anunţă participanţii că nu vor avea voie să atingă paharele cu mâinile, ci doar cu ajutorul uneltelor pe care le vor crea, iar fiecare persoană din echipă va avea voie să folosească doar o mână cu care să ţină unealta.

PASUL 4 Fiecare echipa va avea la dispoziţie un minut pentru a-şi alege un lider.

PASUL 5 Coordonatorul va anunţa atribuţiile fiecărui lider în parte: Liderul ales de prima echipă va fi singurul care va avea voie să vorbească în timpul construcţiei piramidei, coechipierii săi fiind nevoiţi să tacă pe tot parcursul jocului. Liderul celei de a doua echipe va putea coordona jocul împreună cu coechipierii săi, aceştia având voie doar să răspundă la întrebările primite din partea sa, fără însă ca aceştia să poată pune întrebări. Liderul celei de a treia echipe va putea comunica fără nicio barieră cu coechipierii săi, la fel şi aceştia cu liderul lor.

PASUL 6 Echipele vor avea la dispoziţie 5 minute pentru a-şi construi uneltele de muncă şi 15 minute pentru a construi piramida.

debriefing

Cât de dificilă vi s-a părut sarcina?
Care credeţi că au fost principalele impedimente în atingerea cu succes a

obiectivului?
Cum aţi perceput rolul liderului din echipa voastră?
Cum v-aţi simţit cei care nu aţi avut voie să vorbiţi deloc? Dar cei care aţi putut doar răspunde la întrebările puse de leader?
Cum s-au simţit liderii din cele 3 echipe?
Ce aţi fi schimbat pentru a putea finaliza cu succes sarcina avută?

Cine-i liderul?

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PERSOANE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: RECOMANDAT PENTRU TOATE TIPURILE DE GRUPURI
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Participanţii se vor aşeza în cerc pentru a li se prezenta jocul.

PASUL 2 Li se explică tuturor participanţilor că în mijlocul cercului va sta un voluntar (fiecare dintre ei, pe rând) care va trebui să identifice liderul (conducătorul) dintre cei care formează cercul. Liderul este cel care trebuie să facă o mişcare pe care ceilalţi participanţi (atenţi la el) să o repete la unison. Este important ca pentru cel care este în mijloc să fie dificil să identifice liderul, de aceea liderul se va mişca atunci când cel din cerc este cu spatele la el sau mai puţin atent.

PASUL 3 Voluntarul (care va sta în mijlocul cercului) este luat deoparte. Se stabileşte persoana care va fi lider, voluntar sau ales de coordonator.

PASUL 4 Voluntarul este readus în mijlocul cercului, iar jocul poate începe.

PASUL 5 Atunci când liderul este identificat, jocul se reia cu alte persoane în rol de lider/voluntar. Jocul poate continua până când fiecare dintre participanţi a trecut prin rolul de voluntar sau poate fi întrerupt de coordonator.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum vi s-a părut jocul? V-a plăcut, nu v-a plăcut?
Ce ne puteţi spune despre cum a fost în postura de lider/voluntar?
Ce situaţii aţi putut observa în joc pe care poate le-aţi întâlnit şi în viaţa reală?
Ce putem transpune din ceea ce am am observat aici în viaţa reală?

Arena provocărilor

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING:15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI, PIXURI, BOL

descriere

PASUL 1 Coordonatorul îi roagă pe fiecare dintre participanţi să scrie pe o foaie de hârtie câte o provocare care poate fi realizată pe loc, să o împăturească şi să o pună în bol.

PASUL 2 Fiecare participant primeşte o foaie şi un pix, apoi, pe rând, va extrage câte 3 provocări, le va nota şi apoi va pune bileţelele înapoi în bol.

PASUL 3 Fiecare participant va trebui să convingă alţi participanţi să facă provocările pe care le-a extras, notând numele acestora. Numele unei persoane nu poate să apară de 2 ori şi, de asemenea, provocările nu pot fi îndeplinite reciproc (de exemplu, dacă X a făcut o provocare pentru Y, Y nu are voie să facă o provocare pentru X).

debriefing

Cum vi s-a părut jocul?
A fost greu să-i convingeţi pe ceilalţi să vă ajute cu provocările?
Care credeţi că au fost piedicile?
Ce strategii aţi folosit?
Puteţi vedea o asemănare cu viaţa de zi cu zi?
Ce aţi învăţat din această activitate şi puteţi folosi în viaţa de zi cu zi?

Jungla animalelor

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE (PENTRU GRUPURILE MARI, SE VOR FACE MAI MULTE GRUPURI MICI)
MATERIALE/RESURSE: PIXURI, COLI DE HÂRTIE

descriere

PASUL 1 Participanţii se aşază într-un cerc. Coordonatorul anunţă următoarele instrucţiuni (instrucţiunile vor fi anunţate pe rând, pe măsură ce sunt rezolvate

sarcinile):

A. Alege dintre următoarele animale pe cel care caracterizează cel mai bine stilul tău de a conduce:

- Broască ţestoasă
- Iepure
- Tigru
- Vultur

B. Notează 5 caracteristici pentru a justifica alegerea făcută.
C. Identifică un animal cu care crezi că ai putea să lucrezi cel mai bine. Scrie cel puţin 3 caracteristici ale acestuia despre care crezi că fac din acel animal un coechipier bun.
D. Cu care dintre animalele prezentate mai sus crezi că ai fi ineficient în a munci împreună? Scrie 3 caracteristici care îl fac nepotrivit pentru aceasta.

PASUL 2 Se vor forma în mod aleatoriu două echipe care vor conţine cel puţin 3 animale diferite.

PASUL 3 Coordonatorul anunţă că, pe echipe, participanţii vor construi un adăpost care va trebui să conţină: o floare de colţ, o frunză de nufăr, frunze de păpădie, o creangă de brad, păr de animal, pene de vrabie etc. În căutarea resurselor, fiecare va utiliza caracteristicile animalului cu care s-a identificat.

Atenţie! Nu pot căuta resurse animalele ale căror caracteristici nu corespund găsirii resurselor. De exemplu: iepurele nu poate aduce pene de vrabie. Sau: tigrul nu poate aduce floarea de colţ. Scopul construirii adăpostului este acela de a înţelege faptul că, deşi avem preferinţe în ce priveşte alegerea coechipierilor într-o activitate, cel mai adesea avem nevoie de fiecare persoană cu abilităţi specifice pentru îndeplinirea unui scop comun. Exemplu: Floarea de colţ poate fi adusă doar de vultur, deoarece tigrul nu trăieşte în zonele în care creşte floarea de colţ, broasca ţestoasă se mişcă prea încet pentru a ajunge la ea, iepurele nu are gheare ca să poată culege flori etc.

debriefing

Cum a fost cînd a trebuit să atribui caracteristici celorlaţi?
Cum te-ai simţit când ceilalţi te-au descris ca fiind un bun coechipier sau un ineficient coechipier?
De cine a fost nevoie pentru construirea adăpostului?

Urmărește instrucțiunile

CATEGORIE: LEADERSHIP
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: RECOMANDAT PENTRU TOATE TIPURILE DE GRUP

MATERIALE/RESURSE: HÂRTIE PENTRU FIECARE PARTICIPANT, PIXURI PENTRU FIECARE PARTICIPANT, IMAGINI/POZE (CÂTE O COPIE PENTRU FIECARE GRUP), SPAŢIU LARG

descriere

PASUL 1 „O să jucăm un joc care ne va arăta cum ne descurcăm ca lideri şi cum ne simţim în această poziţie. Pentru aceasta, ne vom împărţi în echipe." Coordonatorul de joc va împărţi grupul în echipe. Fiecare grup îşi va alege un lider. Participanţii primesc fiecare câte o foaie şi un pix.

PASUL 2 Odată numit, liderul va veni în faţa grupului, iar coordonatorul de joc îi dă acestuia o imagine/o poză. Se explică regulile: „Acum liderul va încerca să vă ghideze să desenaţi ceea ce a primit. Va sta cu spatele la grup, nu are voie să se uite la grup, trebuie să îşi folosească imaginaţia pentru a da instrucţiuni cât mai precise. Nu are voie să folosească cuvinte care descriu, per ansamblu, imaginea. Trebuie să îi ghidezi pe fiecare aspect din imagine. Grupul nu poate să pună întrebări, ci doar să urmeze instrucţiunile primite de la liderul grupului."

PASUL 3 Odată ce liderul de grup este mulţumit de instrucţiunile oferite şi consideră nu mai are nimic de adăugat, anunţă că echipa a terminat. Coordonatorul strânge pixurile echipei. Acum poate dezvălui imaginea grupului.

PASUL 4 Câştigă echipa care are cele mai multe imagini reproduse cât mai bine.

debriefing

Cum vi s-au părut instrucţiunile primite? Aţi reuşit să le urmaţi?
Cei care aţi fost lideri: cum v-aţi simţit pe parcursul activităţii?
Cât de siguri aţi fost că ceilalţi execută instrucţiunile?
Cât de bine s-a descurcat liderul?
Cum altfel ar fi trebuit să procedeze?
De ce credeţi că unii s-au descurcat mai prost? De ce alţii au reuşit?
Dacă ne gândim la exerciţiu şi la abilităţile necesare unui lider, ce putem spune despre modul în care acesta oferă intrucţiuni? Dar despre importanţa feedback-ului? Cât de important este?

PRINCIPII MORALE ȘI VALORI

Cine e de vină?

CATEGORIE: DEZVOLTAREA PRINCIPIILOR MORALE ŞI CUNOAŞTEREA VALORILOR
TIMP JOC: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: COLI DE HÂRTIE, PIXURI

descriere

PASUL 1 Participanţii se aşază în cerc sau în formă de potcoavă (sau în orice altă formă le permite ascultarea cu cât mai multă atenţie a coordonatorului).

PASUL 2 Coordonatorul anunţă că va citi o poveste şi faptul că detaliile acesteia sunt importante pentru discuţia ulterioară.

POVESTIRE:
Au fost odată un soţ şi o soţie care locuiau împreună într-o parte mai izolată a oraşului, pe care un râu o separa de centrul oraşului unde erau locurile de muncă, de shopping şi de distracţie. Soţul trebuia să lucreze noaptea. În fiecare seară îşi lăsa soţia şi lua feribotul spre muncă, întorcându-se acasă abia dimineaţa. Soţia a obosit curând de acest stil de viaţă. Neliniştită şi singură, ea a început să ia feribotul spre centrul oraşului, unde a început să dezvolte relaţii cu mai mulţi iubiţi. Îngrijorată să nu îşi ruineze căsătoria, întotdeauna se întorcea acasă înainte de soţul ei. De fapt, relaţiile ei erau întotdeauna foarte scurte. Atunci când exista ameninţarea ca acestea să devină prea serioase, ea declanşa o ceartă cu iubitul pe care îl avea în momentul respectiv şi se despărţeau, după care începea o nouă relaţie.
Într-o noapte a provocat, o astfel de ceartă cu un iubit pe care îl vom numi Iubitul 1. El i-a trântit uşa în faţă, iar ea a pornit către feribot. Dintr-o dată, şi-a dat seama că uitase să îşi ia cu ea bani pentru biletul de întoarcere acasă. Aşa că şi-a înghiţit mândria şi s-a întors la apartamentul Iubitului 1. Dar Iubitul 1 era furios şi plin de răzbunare din cauza gândurilor provocate de ceartă, aşa că i-a trântit uşa femeii, nedându-i niciun ban. Femeia şi-a amintit că un alt iubit, pe care îl vom numi Iubitul 2, locuia la numai câteva uşi distanţă. Cu siguranţă, el ar trebui să îi dea bani

pentru biletul de feribot. Totuşi Iubitul 2 era atât de rănit din cauza vechii certe pe care a avut-o cu femeia, încât a refuzat să o ajute.
Acum ora era târzie şi femeia era din ce în ce mai disperată. Ea s-a grăbit spre feribot şi a început să îl roage pe căpitan. El o cunoştea ca fiind o clientă fidelă. Femeia a întrebat dacă i-ar da voie să meargă fără bani cu feribotul şi dacă ar putea plăti dublu următoarea noapte. Căpitanul a insistat că regulile sunt reguli şi că nu o poate lăsa să călătorească fără să plătească biletul.
Zorile se apropiau şi soţul ei urma să se întoarcă de la muncă în curând. Femeia şi-a amintit că la vreo milă distanţă era un pod pe care se putea circula gratis, dar drumul până la pod era unul foarte periculos, cunoscut ca fiind plin de tâlhari. Cu toate acestea, ea trebuia să ajungă acasă, aşa că a pornit pe drum. La un moment dat, un tâlhar a ieşit dintre tufişuri şi i-a cerut bani. Femeia i-a spus că nu are niciun ban. Atunci, el a devenit violent, iar în încăierarea care a urmat, tâlharul a înjunghiat-o pe femeie şi ea a murit.
Aici se termină povestea noastră. Au fost 6 personaje în poveste: Soţul, Soţia, Iubitul 1, Iubitul 2, Căpitanul feribotului şi Tâlharul. Vă rog să puneţi cele 6 personaje într-o listă, în funcţie de responsabilitatea pe care au avut-o pentru moartea femeii, în ordine descrescătoare. Adică cel mai responsabil va fi primul din listă; următorul cel mai responsabil va fi al doilea şi tot aşa.

PASUL 3 Se împarte câte o foaie şi un pix fiecărui participant, pe care va nota lista cu personaje în ordinea descrescătoare a responsabilităţii.

PASUL 4 După ce fiecare participant şi-a întocmit propria listă, coorodnatorul va întreba pe rând cine a pus soţia pe primul loc, cine a pus tâlharul pe primul loc etc., participanţii răspunzând prin ridicare de mână.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ce v-a motivat să atribuiţi responsabilitatea maximă unui anume personaj?
Ce ne determină să învinovăţim o persoană şi să îi acordăm circumstanţe atenuante alteia?
Ce rol au stereotipurile în atribuirea vinei? Dar principiile morale?

Care sunt valorile mele?

CATEGORIE: DEZVOLTAREA PRINCIPIILOR MORALE ŞI CUNOAŞTEREA VALORILOR
TIMP ACTIVITATE: 20-30 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15-20 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC
MATERIALE/RESURSE: COLI MINISTERIALE/STICKERE, PIXURI

descriere

PASUL 1 Participanţilor li se oferă stickere/foi decupate care conţin, separat,

următoarele valori: muncă, familie (partener, copii, părinţi), familie (alte rude), prieteni, hobby-uri/sporturi, timp liber/vacanţă, valori spirituale/religioase, voluntariat, educaţie, valori morale (bine, dreptate, apreciere, loialitate) etc.

PASUL 2 Participanţilor li se spune că vor avea timp de gândire pentru a clasifica valorile în funcţie de importanţa pe care o au ele pentru fiecare.

INDICATII:
„Citiţi valorile oferite."
„Selectaţi mai întâi valorile care au mai puţină importanţă pentru voi (cărora le acordaţi mai puţin timp)" – Se pun deoparte.
„Selectaţi valorile care au o importanţă medie pentru voi." – Se pun deoparte.
„Selectaţi valorile care sunt de importanţă maximă pentru voi." (cele de care credeţi că nu v-aţi putea lipsi)

Activitatea, în acest stadiu, poate dura 20 de minute sau se poate prelungi, în funcţie de dorinţa participanţilor.

PASUL 3 Participanţilor li se spune să construiască cercuri, iar mărimea lor să reprezinte timpul real pe care îl acordă fiecărei valori în prezent, indiferent de ceea ce consideră că ar trebui să facă (de exemplu, dacă valoarea de importanţă maximă este familia, cercul ei va fi cel mai mare).

OBSERVAȚIE: Cercurile se pot intersecta (cele de aceleaşi dimensiuni, dar şi cele de dimensiuni diferite).

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum a fost să clasificaţi valorile în cele 3 categorii?
Cât de greu v-a fost să selectaţi cele mai importante valori?
Cât timp v-a luat pentru a construi cercurile?
Credeţi că acordaţi suficient timp valorilor pe care le consideraţi importante?

tips & tricks

Se pot adauga şi alte valori, în funcţie de dorinţa participanţilor. Valorile oferite nu sunt o listă exhaustivă, ci doar o propunere. Li se poate oferi o temă de reflectie, şi anume să se gândească cum ar putea să acorde mai mult timp valorilor importante pentru ei (în caz că nu le acordă suficient timp).

Alegerea corectă!

CATEGORIE: DEZVOLTAREA PRINCIPIILOR MORALE ŞI CUNOAŞTEREA VALORILOR
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 30 DE MINUTE
LOCAȚIE: JOCUL SE POATE DESFĂŞURA ATÂT ÎN INTERIOR, CÂT ŞI ÎN EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)

MATERIALE/ RESURSE: BILEŢELE DE HÂRTIE ÎN CARE SUNT DESCRISE SUCCINT CÂTEVA PERSOANE CARE AU NEVOIE URGENT DE SÂNGE.
Toate detaliile care se dau despre aceste persoane sunt scrise pe bileţele, fiecare dintre acestea având nevoie urgent de transfuzie de sânge:

- O femeie care a suferit un accident rutier grav, mamă a doi copii, unul de 3 ani şi unul de 5 ani.
- Un batrân al cărui organism nu mai produce suficiente globule roşii.
- Un bărbat care a căzut de pe clădirea la care lucra din cauza oboselii acumulate, lucrând intens pentru a-şi putea creşte cei 4 copii de unul singur.
- O tânără care a încercat să se sinucidă tăindu-şi venele de la mâini.
- Un hoţ prins jefuind o bancă, împuşcat în piept.
- Un copil de 6 ani, victimă a unui accident rutier grav.

descriere

PASUL 1 Se rezolvă individual. Participanţilor li se spune că fac parte dintr-o comisie de medici specialişti şi trebuie să aleagă doar 2 persoane din cele 6 la care vor putea face transfuzia de sânge deoarece dispun de o cantitate suficientă doar pentru 2 persoane, sângele pe care îl au fiind compatibil pentru toate cele 6 persoane. Participanţii vor avea la dispoziţie 10 minute să se hotărască care sunt cele două persoane care vor primi sângele.

PASUL 2 Se formează perechi şi, de data aceasta, fiecare pereche trebuie să propună care vor fi cele 2 persoane salvate.

PASUL 3 ntregul grup trebuie să decidă care sunt cele 2 persoane care vor fi salvate

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cât de greu v-a fost să vă hotărâţi asupra persoanelor la care veţi face transplantul de sânge?
Au apărut conflicte între voi? Cum le-aţi rezolvat?
Cum aţi ales cele două persoane? Aţi ales prin eliminare? Care au fost strategiile folosite?
Credeţi că aţi luat cea mai bună decizie?
Coordonatorul va insista la debriefing asupra faptului că ne este foarte uşor să îi judecăm pe cei din jur, fără să ţinem cont de faptul că oricare dintre noi este predispus greşelilor. Tindem mai degrabă să stigmatizăm decât să ajutăm.

Eu aleg să...

CATEGORIE: DEZVOLTAREA PRINCIPIILOR MORALE ŞI CUNOAŞTEREA VALORILOR
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 20 DE MINUTE

LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: ORICE TIP DE GRUP
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, PIXURI

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le spune participanţilor să se aşeze în cerc, pentru a le putea prezenta următoarea activitate pe care o vor realiza.

PASUL 2 Coordonatorul va grupa participanţii 2 câte 2, pentru a putea realiza sarcina următoare.

PASUL 3 Participanţii vor primi o listă cu 4 situaţii la care vor trebui să aleagă un răspuns prin prisma valorilor pe care ei le au şi un alt răspuns prin prisma valorilor pe care cred că le deţine partenerul lor de activitate.

SITUAȚIA 1: Te afli pe o stradă cu sens unic şi obervi cum o maşină vine pe contrasens şi se izbeşte de o alta, care circula regulamentar. La volanul maşinii care circula pe contrasens se află o femeie care avea vârsta de 40 de ani, iar în cealaltă maşină se află un bărbat în jurul vârstei de 30 de ani. Deoarece accidentul a fost unul grav, iar pe stradă nu mai sunt alte persoane, tu trebuie să alegi care va fi persoana pe care o vei ajuta mai întâi, fiind imposibil să le ajuţi pe amândouă în acelaşi timp.
SITUAȚIA 2: După ce ai terminat liceul, ţi se oferă posibilitatea de a pleca să studiezi în străinătate, pe perioada facultăţii. Deşi îţi doreşti foarte mult să mergi acolo, te gândeşti şi la familia pe care vei fi nevoit să o laşi acasă pentru următorii 4 ani şi la bunicul tău, care este grav bolnav.
SITUAȚIA 3: Prietenul tău cel mai bun a avut un accident cu maşina părinţilor, el fiind cel care conducea, fiind beat la volan. Deoarece ştie că părinţii lui îl vor certa şi se vor supăra pe el, te roagă să nu le spui despre ceea ce s-a întâmplat, spunând că va rezolva el situaţia aceasta.
SITUAȚIA 4: Eşti la un examen, la facultate, şi, în timpul desfăşurării lui, observi cum, în faţa ta, o persoană încearcă să copieze. Având în vedere ca tu te-ai străduit foarte mult să înveţi pentru el, te deranjează foarte tare faptul că cineva încalcă regulile, deoarece este posibil ca tu să îţi pierzi bursa, însă te gândeşti şi la consecinţele pe care le va avea această acţiune asupra persoanei care copiază. În această situaţie, ai de ales între a scrie în continuare, fără a-i spune nimic persoanei care copiază, sau a-l avertiza pe profesor despre ceea ce se întâmplă.

Notează care este decizia pe care tu o iei în fiecare dintre aceste situaţii şi care este decizia pe care consideri că o va lua partenerul tau, împreună cu argumentele care le susţin.

PASUL 4 Coordonatorul îi anunţă pe participanţi că au la dispoziţie 15 minute pentru a realiza activitatea, însă nu trebuie ca partenerul lor să le vadă răspunsul.

PASUL 5 După ce au terminat de realizat sarcina, perechile vor ieşi, pe rând, în faţă, iar fiecare dintre ei va spune cum s-a gândit să rezolve situaţia şi cum cred că s-a gândit partenerul lor.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cât de greu sau uşor v-a fost să oferiţi răspunsuri prin prisma valorilor voastre?
Dar prin prisma valorilor celuilalt partener?
Care sunt valorile pe care aţi descoperit că le aveţi?
Există diferenţe între valorile pe care voi consideraţi că le au celelalte persoane sau nu?
La ce ne ajută valorile?

tips & tricks:

În funcţie de timpul avut la dispozitie, coordonatorul poate utiliza mai puţine situaţii sau se poate gândi la mai multe.
Este important ca jocul să se realizeze pe perechi, iar în cazul în care numărul este impar, va participa şi coordonatorul în realizarea activităţii.

Ce o să aleg?

CATEGORIE: DEZVOLTAREA PRINCIPIILOR MORALE ŞI CUNOAŞTEREA VALORILOR
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: < 15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: ORICE TIP DE GRUP
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, PIXURI

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le cere participanţilor să se aşeze în cerc.

PASUL 2 Coordonatorul le spune participanţilor să urmărească cu atenţie următoarea situaţie pe care o va prezenta:

SITUAȚIE: „Eşti singur(ă) în maşină şi conduci într-o noapte furtunoasă; când treci pe lângă o staţie de autobuz, vezi 3 persoane aşteptând autobuzul: 1. o batrânică bolnavă care pare pe moarte, 2. un vechi prieten care ţi-a salvat viaţa, 3. iubitul/a ideal(ă) pe care îl (o) aşteptai de o viaţă. Pe care l-ai lua în maşină, dacă ar exista posibilitatea ca lângă şofer să stea un singur pasager?"

PASUL 3 Coordonatorul le oferă participanţilor 3 minute pentru a lua individual o decizie.

PASUL 4 După ce au luat o decizie, participanţii vor fi împărţiţi pe grupe, în funcţie de numărul de persoane existent.

PASUL 5 Discutând deciziile lor individuale, participanţii vor trebui să ia o decizie de grup, pe care apoi să o prezinte şi, eventual, să o argumenteze.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cât de greu v-a fost să luaţi decizia individual? Dar în grup?
De ce credeţi că a depins iniţial decizia voastră? (Se face trecerea spre ideea de valori.)
Cum a decurs procesul prin care aţi luat decizia în grup? De ce a depins decizia de grup?

Minciuna are picioare scurte

CATEGORIE: DEZVOLTAREA PRINCIPIILOR MORALE ŞI CUNOAŞTEREA VALORILOR
TIMP ACTIVITATE: 20 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 30 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: TOATE TIPURILE DE GRUP
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, PIXURI

descriere

PASUL 1 Participanţii vor fi împărţiţi în echipe cu număr egal de persoane, astfel încât să se formeze trei echipe. Fiecare echipă va primi de la coordonator un număr de echipă, foi şi pixuri.

PASUL 2 Fiecare echipă, separat, va gândi şi va redacta un paragraf care să conţină impresii cu privire la grupul mare din care fac parte cu toţii. („Va trebui ca fiecare echipă să contureze o impresie comună cu privire la grupul acesta, din care facem parte cu toţii. Cum vede grupul? Ce crede despre oamenii din grup, despre activităţi etc.? Fiecare paragraf trebui să conţină trei-patru fraze, astfel încât fiecare membru al echipei să îşi exprime părerea. Vă rog ca pe foaia pe care scrieţi să vă notaţi şi numărul echipei.") Timp de lucru: 7 minute.

PASUL 3 După ce toată lumea a definitivat paragrafele, echipele vor face schimb de foi între ele.

PASUL 4 Fiecare dintre echipe va trebui ca, după ce citeşte paragraful primit, să transcrie paragraful pe altă foaie, dar cu mici modificări în ce priveşte conţinutul. („Vă rog ca acum să transcrieţi conţinutul pe care l-aţi primit, modificând unele cuvinte, astfel încât să transmiteţi un alt mesaj decât cel primit către echipa următoare. Puteţi exagera lucrurile, puteţi da o notă negativă mesajului, dacă acesta este pozitiv, sau invers. Vă rog să notaţi numărul paragrafului pe care l-aţi primit pe foaia pe care transcrieţi.") Timp de lucru: 3 minute.

PASUL 5 După ce paragrafele au fost definitivate, echipele vor face din nou schimb de paragrafe, transcrise de aceasta dată, astfel încât paragrafele să ajungă la

echipele la care nu au fost.

PASUL 6 Se repetă activitatea de la pasul 4. Se lucrează pe paragrafele transrise, cu aceleaşi indicaţii şi acelaşi timp de lucru: 3 minute.

PASUL 7 După terminarea activităţii, fiecare echipă va primi atât paragraful său iniţial, cât şi cele transcrise de celelalte echipe, în baza numărului scris pe foaie. Participanţii revin în componenţa grupului mare.

PASUL 8 Fiecare echipă va citi atât paragraful iniţial, cât şi transcrierile din partea celorlalte echipe. („Să fim cu toţii atenţi la ce s-a întâmplat cu informaţia transmisă de fiecare echipă în parte.")

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ce înseamnă să distorsionezi în mod voit o informaţie?
La ce duc aceste modificări voite ale informaţiilor (minciunile)?
Când apar cel mai des minciunile? Cum le putem evita?
De ce este important să evităm să spunem minciuni?
Ce am învăţat din această activitate şi putem folosi în viaţa de zi cu zi?

Potopul

CATEGORIE: DEZVOLTAREA PRINCIPIILOR ŞI CUNOAŞTEREA VALORILOR
TIMP ACTIVITATE: 40 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 20 DE MINUTE
LOCAŢIE: JOCUL SE POATE REALIZA ÎN EXTERIOR CÂT ŞI ÎN INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: TOATE TIPURILE DE GRUP
MATERIALE/RESURSE: PIXURI, HÂRTIE, FIŞELE EXERCIŢIULUI

descriere

PASUL 1 Participanţilor li se citeşte următoarea situaţie: „Te întorci acasă din vacanţă, la intrarea în localitate găseşti mare agitaţie şi afli că în ultimele zile a plouat foarte mult. Ajungi în faţa casei tale, unde te întâlneşti cu pompierii şi poliţia, care vin şi te anunţă că evacuează toată zona, înainte ca râul să rupă digul şi să inunde toată zona. Discuţi cu aceştia ca să îţi permită să intri în casă să-ţi salvezi câteva lucruri dragi. Întri şi îţi dai seama că ai doar 5 minute pentru a decide care sunt cele 4 lucruri pe care le poţi lua cu tine, înainte de evacuare.

PASUL 2 Coordonatorul spune: „Lucrurile care nu sunt salvate vor fi distruse", pe urmă distribui fişa exerciţiului fiecărui participant şi îi laşi 5 minute pentru a prioritiza pe o listă lucrurile şi să aleagă cele 4 obiecte pe care le vor lua cu ei.

PASUL 3 După cele 5 minute, coordonatorul va forma grupe de câte 4-5 persoane. Acum, în grupul format, vor lua decizia, şi anume care sunt cele 4 lucruri pe care le vor salva. Regula generală este că nu au dreptul la vot şi se vor accepta doar

deciziile care vor fi luate de tot grupul. „Atenţie: lucrurile nu se pot supune la vot, cu decizia luată trebuie să fie de acord toţi membrii grupului". Coodonatorul de joc le spune timpul: „Pentru această activitate aveţi la dipoziţie 15 minute."

PASUL 4 Când au trecut cele 15 minute, coordonatorul mai acordă un minut fiecărui grup, pentru a alege un purtător de cuvânt al grupului.

PASUL 5 Acum fiecare echipă îşi va prezenta decizia luată. Purtătorul de cuvânt al echipei va spune şi cum au ajuns la decizia pe care au luat-o.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul de cunoştinte spre viaţa reală a participanţilor:
Care credeţi că a fost scopul exerciţiului?
Cum diferă alegerea personală faţă de cea pe care aţi luat-o cu întreg grupul?
Care sunt principiile după care v-aţi ghidat atunci când aţi luat deciziile?
Ce strategii aţi folosit pentru a ajunge la decizia finală?
Ce înţelegeţi prin valoare? Este ea subiectivă (ţine de ce cred eu, de principiile mele)?
Cum v-aţi simţit pe parcursul exerciţiului?
Ce v-a plăcut? Ce nu v-a plăcut?

fișa exercițiului

- Albumul cu fotografii, plin cu poze din primi ani de viaţă.
- Lucrarea ta pentru care ai lucrat non-stop în ultimele 6 luni şi care e aproape gata de a fi prezentată la conferinţa internaţională la care îţi doreşti foarte mult să participi. E singurul exemplar.
- Televizorul.
- Rochia de mireasă a bunicii tale, pe care ai păstrat-o pentru nunta ta.
- Jurnalul intim din ultimul an de viaţă.
- O chitară foarte scumpă, care face ca melodiile tale să sune de 5 ori mai frumos decât în realitate.
- Cutia cu amintiriri, unde ai păstrat primele scrisori de dragoste.
- Perechea preferată de pantofi.
- Agenda cu toate adresele şi numerele de contact.
- O carte ediţie Princeps, foarte valoroasă, din anul 1800, pe care ai împrumutat-o de la un prieten.
- Colecţia de monede vechi, care valorează câteva milioane.
- Toate certificatele şi diplomele pe care le-ai acumulat până acum.
- Un vaporaş în sticlă pe care l-ai făcut când aveai 11 ani, când ai stat 6 săptămâni în pat.
- Arhiva şi documentele grupului social din care faci parte (să zicem un grup ecologist; între documente se află şi proiectul „Pentru un aer mai curat", ce urmează să fie aprobat).
- Tabla de şah, foarte scumpă, pe care ai cumpărat-o în excursia din Toledo (Spania), pe care ai cheltuit jumătate din banii de excursie.
- Analizele medicale, pe care tocmai le ai făcut pentru a dona sânge pentru un caz de leucemie de care ai fost impresionat.

- Cele două sticle de vin foarte vechi pe care le păstrai pentru un eveniment special.
- Ferma de furnici pe care ai primit-o de la bunicii tăi.

tips & tricks

La împărţirea pe grupe, folosiţi un exerciţiu simplu: de exemplu, să numere 1, 2, 3, 4... (depinde câte grupe doreşti să formezi), iar persoanele cu acelaşi număr formează o echipă.
Atenţie la timp, anunţă la fiecare etapă cât timp mai au la dispoziţie: de exemplu, când mai au un minut.

Două adevăruri și o minciună

CATEGORIE: DEZVOLTAREA PRINCIPIILOR ŞI CUNOAŞTEREA VALORILOR
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUPURI MICI, MEDII SAU MARI
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Participanţii se aşază în cerc.

PASUL 2 Coordonatorul prezintă regulile jocului: fiecare persoană trebuie să spună despre sine trei lucruri, dintre care două să fie adevărate şi unul fals. Coordonatorul face menţiunea că lucrurile false nu trebuie să fie extrem de evidente (Exemplu: „Am zburat de două ori pe lună când aveam trei ani.”), ci să fie lucruri care ar putea trece drept adevărate.

PASUL 3 Primul participant spune cele trei lucruri despre sine, după care ceilalţi participanţi trebuie să ghicească minciuna. Dezbaterile ar trebui să fie scurte, iar participantul în cauză va încheia spunând care a fost de fapt lucrul fals din cele trei afirmaţii. Jocul merge mai departe, până la ultimul participant.

debriefing

A fost greu/uşor să vă daţi seama care a fost minciuna? De ce?
V-aţi mai regăsit vreodată în situaţia de a spune lucruri false/parţial adevărate despre voi, doar pentru a vă integra într-un grup?
Cum afectează micile minciuni relaţiile cu ceilalţi?

Se pare că minciuna este o parte mult mai pregnantă a vieţii noastre decât credem. Un studiu din 2002 (Feldman, R. S., Forrest, J. A., & Happ, B. R., „Self-

presentation and verbal deception: Do self-presenters lie more?") arată că majoritatea oamenilor mint cel puţin o dată într-o conversaţie de 10 minute, doar pentru a se integra mai uşor sau pentru a se face mai uşor acceptaţi de ceilalţi. Micile „white lies" pe care le spunem pot fi inocente, dar este important să fim atenţi la măsura în care acestea modifică imaginea noastră şi cum afectează acest lucru relaţiile cu ceilalţi.

TEAMBUILDING

Clopotul

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC (< 7 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE MATERIALE ADIŢIONALE.

descriere

PASUL 1 Participanţii sunt rugaţi să formeze un cerc, cu umerii lipiţi.

PASUL 2 Unul dintre participanţi va sta în mijlocul cercului.

PASUL 3 Persoana din mijlocul cercului va închide ochii şi va ţine mâinile lipite de corp, lăsându-se purtat de ceilalţi participanţi, împins cu mâinile de la unul la celălalt, ca o limbă de clopot. Este foarte important ca acesta să nu îndoaie genunchii, iar tălpile să rămână lipite de pământ.

PASUL 4 După aproximativ jumătate de minut, cel din mijloc este oprit, iar participanţii care formează cercul vor face fiecare câte un pas în spate, apoi se va relua activitatea.

PASUL 5 Pe rând, fiecare participant va avea rolul de „limbă a clopotului", începând din cercul restrâns.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum v-aţi simţit cât timp aţi fost în mijlocul clopotului?
V-a fost greu să vă lăsaţi purtaţi de ceilalţi?
A existat o reţinere la începutul exerciţiului? Aţi reuşit să o depăşiţi până la final?
Ce anume putem învăţa din acest joc şi cum putem folosi ce am învăţat în situaţii din viaţa reală?

Prăpastia

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: FOI A4/ BUCĂŢI DE ZIARE/ REVISTE, CEVA PENTRU LEGAT PICIOARELE (BANDĂ ADEZIVĂ/SCOTCH/ FOLIE DE PLASTIC/ FUNIE).

descriere

PASUL 1 Participanţii sunt împărţiţi în echipe cu număr egal de persoane, aproximativ 10 persoane, în funcţie de numărul total. Repartizarea se va face în funcţie de obiectivele formatorului.

PASUL 2 Fiecare echipă va avea un punct de start reprezentat de o foaie, foile vor fi aşezate la distanţe egale formând un poligon. Echipele se vor aşeza în spatele foilor, în linie dreaptă, în continuarea foii, participanţii stând cât mai aproape unul de celălalt.

PASUL 3 Picioarele participanţilor vor fi legate două câte două, în ordinea în care sunt aliniaţi.

PASUL 4 Coordonatorul va aşeza hârtii din loc în loc, la distanţe relativ egale una faţă de alta, astfel încât să fie posibilă traversarea distanţelor din poligon, pe diagonală, călcând doar pe foi. Un aspect important este ca acestea să fie aşezate în aşa fel încât echipele să se intersecteze la un moment dat.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Aţi avut o strategie pe care să o folosiţi pe parcursul activităţii?
S-a evidenţiat un coordonator în echipele din care aţi făcut parte? Cum a acţionat?
Ce s-a întâmplat în momentul în care v-aţi intersectat cu celelalte echipe? Cum aţi hotărât care dintre echipe a avut prioritate?
Ce vi s-a părut dificil pe parcursul jocului?
Ce anume putem învăţa din acest joc şi putem folosi şi în situaţii reale de viaţă?

tips & tricks

Este posibil ca pe parcursul jocului foile să se rupă. De aceea, este nevoie să aveţi foi de schimb.
Pe parcursul jocului pot fi adăugate foi de completare a traseului, dacă una dintre echipe întâmpină dificultăţi.

Macara

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: 20 DE DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE) SAU GRUP MARE (> 12 PERSOANE). E IMPORTANT CA NUMĂRUL DE PERSOANE SĂ FIE PAR. DACĂ NUMĂRUL DE PERSOANE NU E PAR, COORDONATORUL POATE INTRA ÎN JOC.
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Se formează 2 rânduri de participanţi, care vor sta faţă în faţă.

PASUL 2 Coordonatorul cere 2 voluntari.

PASUL 3 Coordonatorul cere participanţilor voluntari să stea în şezut, jos şi să stea spate în spate. E foarte important ca picioarele să fie întinse, astfel încât fiecare să formeze un L cu propriul corp.

PASUL 4 Coordonatorul le cere celor 2 participanţi să-şi încolăcească braţele între ei, astfel încât să se atingă în zona plicii cotului (interiorul coatelor). E important să se ţină ferm.

PASUL 5 Coordonatorul le cere participanţilor să se ridice, fără să-şi desfacă braţele.

PASUL 6 Coordonatorul cheamă alţi 2 participanţi să vină, unul de o parte şi unul de alta, să se aşeze la fel ca cei de dinainte, jos. Totodată ei vor trebui să se ţină de cei deja existenţi în şir. E nevoie ca toţi cei înşiraţi să-şi încolăcească braţele de partenerii din stânga/dreapta. Încă o dată, le cere ca, prinşi între ei, cum sunt, să se ridice.

PASUL 7 Coordonatorul cheamă alţi 2 participanţi să se alăture şirului şi să repete paşii (4-6) până când nu mai rămâne nimeni în afara şirului. (Dacă grupul e foarte mare şi timpul e scurt, numărul de participanţi care se adaugă se pot dubla la fiecare tură. Dacă, de exemplu, la prima adăugare vin 2, la următoarea tură se adaugă încă 4, la următoarea încă 6 etc.)

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum vi s-a părut?
Când vi s-a părut cel mai greu? Când vi s-a părut cel mai uşor?
Ce putem învăţa de aici?
Care sunt avantajele de a lucra într-o echipă?
Care ar fi dezavantajele în a lucra într-o echipă?

Figuri geometrice

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: 20-25 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (>12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: SFOARĂ DE MINIMUM 4 METRI (ÎN FUNCȚIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANȚI), EȘARFE (PENTRU LEGAT LA OCHI)

descriere

PASUL 1 Se formează echipe de minimum 6 persoane.

PASUL 2 Coordonatorul jocului oferă fiecărei echipei aceeaşi dimensiune de sfoară (dacă echipa este formată din 6 persoane, li se dă minimum 4 metri de sfoară).

PASUL 3 Coordonatorul jocului le spune participanţilor, în primă fază, să construiască un pătrat din sfoara primită. Mai întâi, trebuie să lege sfoara, conditia fiind ca fiecare persoană să ţină de sfoară, altfel trebuie să o ia de la început. De asemenea, nu trebuie să ia mâna de pe sfoară niciun moment. Coordonatorul urmăreşte echipele, pentru a vedea dacă fiecară persoană ţine de sfoară.

PASUL 4 Coordonatorul jocului le spune participanţilor să construiască un cerc din sfoara primită (se poate şi altă figură geometrică). Se aplică aceleaşi condiţii ca la pasul 3.

PASUL 5 Li se cere să construiască un triunghi echilateral. Aceleaşi condiţii.

PASUL 6 Participanţii sunt legaţi la ochi, în aceleaşi echipe. Trebuie să construiască, pe rând, figurile gemetrice (cerc, pătrat sau altă figură), iar în ultima etapă, triunghiul echilateral (fiind mai dificil). Participanţii trebuie să găsească singuri strategii pentru a construi. Coordonatorul îi urmăreşte. După ce construiesc fiecare figură, pot deschide ochii să vadă ce le-a ieşit, apoi sunt legaţi din nou la ochi.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum v-aţi simţit la această activitate?
A fost uşor să construiţi când aţi putut vedea? Cum a fost să construiţi când aţi fost legaţi la ochi?
Ce strategii de echipă aţi folosit când aţi fost legaţi la ochi?
Ce aţi face altfel într-o activitate asemănătoare?

tips & tricks

Dacă dureaza prea mult, li se poate impune un timp-limită de construire a fiecărei

figuri geometrice (de exemplu, 5 minute pentru pătrat, maximum 10 pentru triunghiul echilateral). În funcţie de timpul disponibil şi de dificultatea dorită, se pot adăuga diverse figuri geometrice (de exemplu, romb).

Am încredere

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI (3 MINUTE/ECHIPĂ)
TIMP DEBRIEFING: 10-15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: PAHARE DE UNICĂ FOLOSINŢĂ, SFOARĂ, EŞARFE

descriere

PASUL 1 Înainte de a începe, coordonatorul va realiza un traseu în care: sfoara va avea rolul de a delimita un drum de la care participanţii nu trebuie să se abată, iar paharele vor fi puse ca obstacole, aşezate în mod aleatoriu.

PASUL 2 Coordonatorul îi roagă pe participanţi să se aşeze în cerc, astfel încât să le poată prezenta regulile următoarei activităţi:

A. activitatea se va realiza în perechi care vor fi alese în mod aleatoriu de coordonator;
B. pentru a câştiga jocul, participanţii trebuie să parcurgă un traseu în care unul dintre ei va fi legat cu o eşarfă la ochi, iar celălalt îl va ghida pentru a ajunge la final.
C. cînd au ajuns la final, se schimbă rolurile persoanelor, astfel încât persoana care nu a văzut va vedea, iar cealaltă persoană va fi legată la ochi;
D. pentru a câştiga, echipa trebuie să se întoarcă la start.

PASUL 3 Jocul se termină atunci când toate echipele au realizat traseul dus-întors.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum v-aţi simţit atunci când aţi fost legaţi la ochi şi trebuia să aveţi încredere în persoane de lângă voi? Dar când aţi schimbat rolul?
Cum s-au simţit persoanele care au putut să vadă prima dată şi apoi au fost nevoite să aibă încredere în partener?
Aţi întâlnit situaţii asemănătoare în viaţa de zi cu zi?

tips & tricks

Dacă este un grup mai mare, se pot face 2 trasee care să arate la fel, putând astfel să pornească de la start câte două echipe.

Ceapa

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR.
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE) SAU MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: NU SUNT NECESARE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul va alege dintre participanţi 2-3 persoane (în funcţie de numărul total de participanţi). Aceştia pot fi aleşi aleatoriu.

PASUL 2 Coordonatorul le va cere participanţilor să formeze o structură cât de compactă (asemenea unei cepe) în 3 minute. Acesta le va spune participanţilor aleşi anterior că ei vor trebui să desfacă structura sub formă de ceapă, om cu om. Aceştia nu vor avea voie să gâdile persoanele, ci doar să le tragă afară din structură.

PASUL 3 Participanţii scoşi din structura de ceapă se vor alătura celor care i-au scoşi şi îi vor ajuta să descompună toată structura.

PASUL 4 Coordonatorul se va asigura că niciun participant nu foloseşte prea multă forţă fizică sau că este molestat fizic la extragerea din structură.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum aţi acţionat când aţi aflat că trebuie să realizaţi o structură cât mai congruentă?
Aţi realizat un plan cu privire la cum aţi putea obţine cea mai stabilă structură?
La ce v-aţi gândit în momentul în care aţi devenit parte a grupului celor care au scos persoanele din structură?

tips & tricks

Este de preferat ca acest joc să fie realizat de cel puţin doi coordonatori, pentru ca aceştia să fie suport pentru cei care sunt scoşi din structură, asigurându-se că nimeni nu este lovit.

Pătura

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE

LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE) SAU MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: O PĂTURĂ MICĂ

descriere

PASUL 1 Coordonatorul invită toate persoanele să se descalţe şi să se urce cu picioarele pe pătură.

PASUL 2 Coordonatorul anunţă participanţii că sarcina lor e de a întoarce pătura pe partea cealaltă fără a avea voie să iasă din perimetrul păturii (opţional, fără a-şi folosi mâinile).

debriefing

Cum aţi abordat sarcina?
Aţi avut un plan în minte înainte de a începe sarcina?
Dacă ar fi să refaceţi sarcina, ce aţi face diferit?

Paharul cu apă

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI
TIMP DEBRIEFING: 15-20 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE) SAU MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: UN PAHAR DE PLASTIC/PERSOANĂ, APĂ, MARKER

descriere

PASUL 1 Cordonatorul roagă participanţii să numere, pe rând, până la 3 şi să ţină minte numărul pe care l-au rostit. Astfel, primul participant va fi numărul 1, al doilea – numărul 2, al treilea – numărul 3, iar apoi se va lua de la capăt, al patrulea fiind iar numărul 1.

PASUL 2 Coordonatorul roagă participanţii să formeze 3 grupuri, grupându-se după numărul pe care l-au spus anterior.

PASUL 3 Coordonatorul roagă fiecare grupă să formeze un cerc.

PASUL 4 Fiecare participant primeşte câte un pahar de plastic. O persoană din fiecare grup va primi un pahar pe care este făcut un semn cu markerul.

PASUL 5 Coordonatorul explică instrucţiunile. Fiecare participant este rugat să ţină paharul în gură, cu dinţii. Ei vor trebui să dea apa din pahare de la unul la altul, fără să atingă paharul cu altceva decât cu gura, până ce apa ajunge la cel de la care a pornit.

PASUL 6 Persoanei care are paharul notat cu marker i se umple paharul cu apă. Aceasta va începe să toarne apa din pahar în paharul persoanei din dreapta sa,

încercând să verse cât mai puţin. După ce al doilea participant primeşte apa, o va turna la următorul, aflat în dreapta sa. Acest lucru se întâmplă cu fiecare participant, până când apa ajunge, din nou, la participantul care are paharul notat.

PASUL 7 Coordonatorul notează cu markerul nivelul apei din pahar, după ce a trecut în paharul fiecărui participant, şi se examinează câtă apă a ajuns în pahar, comparativ cu câtă apă a fost pusă iniţial.

PASUL 8 Coordonatorul jocului împarte una din grupe în două, din cele 3 grupe formând doar două grupe. Se repetă paşii 5-7.

PASUL 9 Coordonatorul uneşte toate grupele şi se repetă paşii 5-7.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ce dificultăţi aţi întâmpinat iniţial (în prima parte a jocului, unde eraţi împărţiţi în 3)?
Ce strategie aţi găsit pentru a combate dificultăţile?
Cum v-aţi simţit pe parcursul jocului?
Cum v-aţi simţit la final, când aţi văzut câtă apă a ajuns în pahar?
Ce dificultăţi aţi întâmpinat când v-aţi regrupat?
Ce a fost dificil pentru cei care aţi mers în grupuri noi?
Ce a fost dificil pentru cei care aţi primit oameni noi?
Cât de uşor v-aţi adaptat la strategia noului grup?
Cât de uşor aţi găsit o strategie nouă, ca grup?
Ce dificultăţi aţi întâmpinat când s-a format un singur grup?
În care situaţie v-a fost mai uşor să găsiţi o strategie (când au fost 3 grupuri, 2 sau unul)?

Petrecerea

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: 60 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 20 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: O SALĂ DE MESE, MÂNCARE (SANDVIŞURI, APERITIVE SIMPLE, PRĂJITURI, FRUCTE ETC.), 1-2 STICLE CU SUC, APĂ, FURCULIŢE, FARFURII, PAHARE

descriere

PASUL 1 În cursul zilei, coordonatorii îi anunţă că în această seară va avea loc o petrecere la care sunt toţi invitaţi, tema petrecerii fiind „Anii ’80”. Se anunţă pauza, cu o oră sau o oră jumătate, timp în care să se pregătească pentru petrecerea în stilul anilor ’80.

După ce activităţile de peste zi s-au încheiat, coordonatorii vor pregăti sala de

petrecere, în timp ce ei se pregătesc pentru petrecere.
În sala de petrecere va fi aşezată o masă mare în centrul sălii şi toţi vor avea un loc la masă. Doar că pe masă ei vor găsi doar un element din toate lucrurile care compun o cină normală. De exemplu, în faţa primului participant vor fi aşezate doar furculiţe, altcineva va avea sandvişurile, altcineva va avea în faţă sticla cu suc şi aşa mai departe.

PASUL 2 Coordonatorii anunţă participanţii: „Petrecerea e gata să înceapă, doar că a apărut o mică problemă cu electricitatea şi nu o să avem curent, dar sunt convins că acesta e un doar un mic detaliu şi că împreună vom face ca petrecerea să fie un succes."

PASUL 3 Participanţii sunt conduşi în sală de coordonatori. Fiecare este îndrumat către un loc la masă. Se lasă puţin timp, pentru ca fiecare să descopere ce are în faţă. „Acum, că am ajuns, cina poate să înceapă."

PASUL 4 Coordonatorii vor urmări colaborarea dintre participanţi, dacă aceştia împart ceea ce au găsit pe locul lor cu ceilalţi. După 40 de minute, coordonatorii dau vestea bună că au reuşit să repare pana de curent. Se aprind luminile, sunt lăsaţi 10 minute pentru a vedea ce s-a întâmplat în întuneric. Se poate continua cu o discuţie de grup.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Care au fost dificultăţile întâmpinate la această petrecere?
V-aţi format o strategie pentru a reuşi să mâncaţi ceva?
Cum v-aţi simţit pe parcursul petrecerii?
Cum credeţi că putem transfera această petrecere în viaţa reală?
Ce putem să învăţăm din această activitate?

Împreună rezistăm, separat cădem

CATEGORIE: TEAMBUILDING
TIMP ACTIVITATE: 35 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (> 12 PERSOANE)

descriere

PASUL 1 Se vor forma 3 grupuri. Participanţii se aşază în cerc, iar coordonatorul va trece pe la fiecare şi numără 1, 2, 3, 1, 2, 3, 1, 2, 3 etc. Cei care au numărul 1 se aşază într-un colţ, cei care au numărul 2 se aşază în alt colţ, cei care au numărul 3

se aşază în alt colţ. (5 minute)

PASUL 2 Coordonatorul explică regulile. Fiecare echipă va trebui să parcurgă un traseu. Traseul arată în felul următor:

- O porţiune de mers ghemuit pentru participant (15 metri)
- O porţiune de mers în mâini (ajutat de ceilalţi) pentru fiecare participant (5 metri)
- O porţiune de mers cu un participant în spate (10 metri)
- O porţiune în care fiecare participant va fi dus pe braţe de alţii doi (10 metri)

PASUL 3 Coordonatorul explică:

„Trebuie să terminăm în timpul cel mai scurt. Puteţi colabora, dar o să pierdeţi din timpul echipei, sau să nu colaboraţi, şi să câştigaţi timp pentru echipă. Puteţi să acceptaţi să ajutaţi cealaltă echipă şi să pierdeţi din timpul vostru sau puteţi să nu. Jocul se va termina atunci când toate echipele au încheiat probele." Coordonatorul întreabă dacă s-au înţeles regulile jocului şi oferă lămuriri. (10 minute)

PASUL 4 Participanţii, în grupele lor, vor parcurge fiecare probă. (20 de minute)

OBSERVAȚII: Atenţie! Pot apărea conflicte. E nevoie ca la final să se asigure că toţi au câştigat şi că rostul jocului este acela de învăţare din experienţă, nu de competiţie propriu-zisă. Iar dacă au apărut conflicte, ele să fie privite ca surse de învăţare. Oamenilor li se va explica, în cazul în care conflictul e puternic, că e doar un joc şi nu trebuie luat în serios.

debriefing

Cum v-aţi simţit?
Ce am învăţat de aici?
Ce alegem, să-i ajutăm pe ceilalţi şi să reuşim împreună sau să ne gândim doar la propriile obiective?
Suntem mai puternici atunci când suntem uniţi sau atunci când suntem pe cont propriu?
Ce aţi păstra, ce aţi fi făcut altfel?

RELAȚII INTERPERSONALE

Constructorii

CATEGORIE: RELAŢII INTERPERSONALE
TIMP ACTIVITATE: 45 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: PLASTILINĂ, SCOBITORI, PIESE LEGO, HÂRTIE, ACE DE GĂMĂLIE

descriere

PASUL 1 Se împarte grupul în echipe de câte 5 persoane. În fiecare echipă, rolurile sunt împărţite astfel: 2 constructori, 2 executanţi şi 1 mesager.

PASUL 2 Echipele constructorilor şi ale executanţilor sunt astfel aşezate încât constructorii să nu poată vedea munca executanţilor şi nici executanţii munca depusă de constructori.

PASUL 3 Constructorii aleg dintre materialele puse la dispoziţie ceea ce doresc să folosească mai departe pentru o construcţie pe care o vor realiza.

PASUL 4 Constructorii încep munca. Mesagerul are voie să îi întrebe orice pe constructori, dar aceştia pot răspunde doar cu Da sau Nu. Odată ce află răspunsul, Mesagerul aleargă la executanţi pentru a le comunica ce trebuie să facă pentru a realiza o construcţie identică cu cea a constructorilor. Mesagerul nu are voie decât să răspundă la întrebările executanţilor, iar răspunsurile sale pot fi Da sau Nu. Executanţii pot pune orice întrebare alergătorului.

PASUL 5 Se compară construcţiile. Câştigă echipa care are cele mai mari asemănări între construcţia executanţilor şi cea a constructorilor.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ce aţi considerat a fi dificil pe parcursul jocului? Unde v-aţi descurcat cel mai bine?

Cu ce situaţie din viaţa reală puteţi asemăna ceea ce s-a întâmplat în timpul activităţii?
Aţi folosit o anumită strategie de lucru? Care a fost aceea?
Ce înseamnă să ai un anumit rol în cadrul echipei şi să nu poţi depăşi limitele acestui rol?

Împachetatul în doi

CATEGORIE: RELAŢII INTERPERSONALE
LOCAŢIE: INTERIOR
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: CUTII (DE CARTON), FOARFECE, COLI DE HÂRTIE (DE PREFERAT COLORATE), SCOTCH, SFORI. ÎN FUNCŢIE DE NUMĂRUL DE PARTICIPANŢI (N), NUMĂRUL MATERIALELOR ESTE DE N/2 DIN FIECARE (EXCEPŢIE FĂCÂND COLILE DE HÂRTIE, CARE VOR FI MAI MULTE). DE PREFERAT AR FI SĂ EXISTE ŞI MESE/SCAUNE PE CARE SĂ POATĂ FI AŞEZATE MATERIALELE.

descriere

PASUL 1 Participanţii se împart în echipe de câte 2. Dacă numărul e impar, coordonatorul poate forma echipă cu cineva.

PASUL 2 Fiecare echipă va primi o serie de materiale: 1 cutie, 1 foarfecă, câteva coli de hârtie, 1 scotch, o bucată de sfoară de 2-3 metri.

PASUL 3 Membrii fiecărei echipe se vor ţine de umeri cu câte o mână, iar cu mâna liberă a fiecăruia vor trebui să împacheteze cutia cât mai frumos şi în timpul indicat de coordonator: 5 minute.

PASUL 4 La expirarea celor 5 minute, fiecare echipă se opreşte din activitate.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Ce vi s-a părut interesant la această activitate?
Ce vi s-a părut dificil?
Aţi stabilit de la început un plan? În ce a constat?
Cum v-aţi perceput coechipierul?
Ce anume putem învăţa din acest joc şi putem aplica în situaţii din viaţa reală?

Joacă rolul extras

CATEGORIE: RELAŢII INTERPERSONALE
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MEDIU (7-12 PERSOANE)
MATERIALE/ RESURSE: BILEŢELE DE HÂRTIE PE CARE VOR FI NOTATE DIFERITE ROLURI DIN SOCIETATE, DE EXEMPLU: DOCTOR, POLIŢIST, SECRETARĂ, JUDECĂTOR, VÂNZĂTOR, GRĂDINAR, DIRECTOR, PROFESOR, CÂNTĂREŢ, MENAJERA Ş.A.

descriere

PASUL 1 Fiecare participant va extrage un bileţel şi va ţine minte rolul pe care îl are.

PASUL 2 Participanţii vor trebui să comunice între ei şi să se poarte conform rolului pe care îl au, iar în acest timp ceilalţi participanţi trebuie să-şi ghicească rolurile între ei.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
V-a fost greu să interpretaţi rolul extras?
Aţi ghicit uşor rolurile celorlalţi participanţi?
Au mai rămas persoane ale căror roluri nu au fost ghicite de niciun participant?

Eu cred că i s-ar potrivi...

CATEGORIE: RELAŢII INTERPERSOANALE
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 10 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, PIXURI, CULORI, ZIARE, REVISTE, FOARFECI, SCOCH, LIPICI, PLASTILINĂ, BEŢIŞOARE, AGRAFE

descriere

PASUL 1 Coordonatorul le cere participanţilor să se aşeze în cerc, pentru a le putea comunica următoarea activitate. Aceştia sunt împărţiţi în grupuri de câte 3, pentru a putea realiza activitatea.

PASUL 2 Li se explică regulile jocului:

A. aveti la dispozitie 15 minute, timp în care trebuie să vorbiţi cu cele 2 persoane

din grupul vostru;
B. după ce au expirat cele 15 minute, veţi avea la dispoziţie alte 15 minute, pentru a realiza 2 lucruri, care consideraţi că le caracterizează pe cele 2 persoane (câte un lucru pentru fiecare persoană);
C. puteţi folosi atât materialele pe care le aveţi puse pe masă, cat şi orice altceva consideraţi util
D. după trecerea ultimelor 15 minute, fiecare grup va veni în faţă, urmând ca fiecare persoană să ne arate ce obiecte au realizat pentru ceilalţi doi membri, explicându-ne şi de ce;
E. persoana care este caracterizată prin acel obiect trebuie să spună dacă i se potriveşte sau nu.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
A fost greu de realizat obiectul?
A fost suficient timpul pe care l-aţi avut pus la dispoziţie pentru a vă cunoaşte în cadrul grupului?
Cum au decurs discuţiile dintre voi?

Dezbaterea anului

CATEGORIE: RELAŢII INTERPERSONALE
TIMP ACTIVITATE: 30 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
MATERIALE/RESURSE: FOI A4, PIXURI

descriere

PASUL 1 Coordonatorul va împărţi participanţii, în mod aleatoriu, în două echipe.

PASUL 2 Acestora li se va spune că vor participa la o dezbatere pe tema educării triburilor africane. Coordonatorul va transmite primului grup că aceştia vor trebui să găsească argumente pro educării triburilor, iar grupului numărul doi că aceştia vor prezenta argumentele contra. Pentru formularea argumentelor în cadrul echipelor, participanţii vor avea 10 minute la dispoziţie. Participanţii vor primi o foaie şi un pix pentru a-şi nota argumentele.

PASUL 3 Coordonatorul va muta 2-3 participanţi (în funcţie de numărul de participanţi), în ultimele 4 minute, dintr-o grupă în cealaltă, primind sarcina să găsească argumente împreună cu echipa din care fac parte acum.

PASUL 4 Coordonatorul anunţă începutul dezbaterii şi fiecare echipă are la dispoziţie 5 minute să-şi prezinte argumentele.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum vi s-a părut sarcina primită?
Aţi resimţit vreun conflict între opiniile personale pe această temă şi opinia pe care trebuia să o susţineţi în dezbatere? Dacă da, cum v-aţi simţit?
Cei care au fost nevoiţi să schimbe grupul din care făceau parte: cum v-aţi simţit?
Puteţi să daţi exemple din viaţa reală în care v-aţi aflat într-un conflict de rol? Cum aţi gestionat situaţia?

Rolurile lui Belbin

CATEGORIE: RELAŢII INTERPERSOANALE
TIMP ACTIVITATE: 50 DE MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 20 DE MINUTE
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MARE (> 12 PERSOANE)
MATERIALE/RESURSE: PLASTILINĂ (MAI MULTE PACHETE), BILEŢELE CU MESAJE (TEXTUL E SCRIS LA PASUL 2)

descriere

PASUL 1 Se formează 2 grupuri de participanţi. Se aşază în cerc, iar coordonatorul va trece pe la fiecare şi va spune, pe rând, 1, 2, 1, 2, 1, 2, formându-se astfel două echipe. Echipa 1 va veni într-un colţ, echipa 2 în alt colţ. (5 minute)

PASUL 2 Membrii din echipa 1 vor primi bileţele cu următoarele mesaje:

- „Tu eşti Coordonatorul (preşedintele) – coordonează eforturile (vede cine şi cum poate fi valorificat), stabileşte priorităţile, încrezător, matur, alege problemele, dar nu domină discuţiile."
- „Tu eşti Formatorul – stimulează acţiunea celorlalţi, concentrat pe aspectele practice, dă formă echipei (concentrat pe sarcină, dar poate deveni uşor iritat)."
- „Tu eşti Fabrica – cel care generează foarte multe idei, creative, inovative şi uneori radicale, dar nu prea se oboseşte să le implementeze."
- „Tu eşti Coechipierul – liantul echipei, armonizează şi înţelege (nu-l observi când e, dar îi simţi lipsa)."
- „Tu eşti Expertul (Producătorul) – sursa cunoştinţelor bogate, inteligent, dar introvertit, motivat de standarde profesionale şi dedicat muncii."
- „Tu eşti Monitor-evaluatorul – controlează calitatea activităţii, critic, dar echidistant, ajută să nu se facă prostii (retras, dar cu inteligenţă analitică)."
- „Tu eşti Investigatorul Resurselor – responsabil de valorificarea rezultatelor (vânzările), diplomat şi omul relaţiilor (echipa trebuie să-i capteze atenţia), el aduce resurse din exterior şi ţine contactul cu exteriorul."
- „Tu eşti Implementatorul (omul companiei/lucrătorul) – cel care administrează (face planurile, organigramele, transformă ideile în sarcini care pot fi monitorizate), dar este perceput ca având viziune îngustă, face treaba propriu-zisă, pune lucrurile în aplicare"

- „Tu eşti Finalizatorul (vătaful/ispravnicul) – cel care-i presează cu termenele limită şi cu urgentarea lucrării; verifică detaliile, este perfecţionist şi adesea vrea să facă lucrurile singur.”

(Este important ca rolurile prezentate în aceste mesaje să se distribuie relativ egal în cadrul echipei. În caz că sunt mai mulţi membri, se vor dubla unele roluri, dar se vor păstra proporţiile.)

PASUL 3 Membrii din echipa 2 vor primi:

- 3 membri, 1 mesaj: „Tu eşti Coordonatorul (preşedintele) – coordonează eforturile (vede cine şi cum poate fi valorificat), stabileşte priorităţile, încrezător, matur, alege problemele, dar nu domină discuţiile.”
- Ceilalţi membri vor primi următorul mesaj: „Tu eşti implementatorul, tu vei asculta comenzile celorlalţi şi vei face ce ţi se spune. Nu ai voie să vii cu idei, ci doar cu întrebări, atunci când nu înţelegi.”

PASUL 4 Coordonatorul dă sarcina: „Fiecare echipă va avea de construit un cal din plastilină. E important să respectaţi tot timpul ceea ce aveţi scris pe bilet. Aveţi 30 de minute la dispoziţie.”

PASUL 5 Participanţii execută sarcina. (30 minute)

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum a fost? Dificil, uşor, plăcut, neplăcut?
Unde au apărut conflictele?
ECHIPA 1: Cum aţi interacţionat? Ce probleme aţi întâmpinat? Consideraţi că aţi fost eficienţi (de aşteptat ca cei din echipa 1 să fie mai eficienţi decât cei din echipa 2)?
ECHIPA 2: Cum aţi interacţionat? Ce probleme aţi întâmpinat? Consideraţi că aţi fost eficienţi?
Ce putem învăţa de aici?
Cum e bine să fie o echipă, omogenă sau eterogenă, dacă vrem performanţă? De ce?

Nu tot ce strici se poate repara

CATEGORIE: RELAŢII INTERPERSONALE
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 20-30 DE MINUTE
LOCAŢIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/RESURSE: FOI, PIXURI, SCOTCH, BOLDURI (ACE CU GĂMĂLIE)

descriere

PASUL 1 Participanţilor li se va înmâna câte o foaie şi un pix pe care sunt îndemnaţi să scrie, în aşa fel încât să folosească tot spaţiul de pe foaie, lucruri pe care ei le consideră importante, pe care le investesc într-o relaţie cu o altă persoană, orice tip de relaţie: de prietenie, amoroasă, de familie, colegialitate etc. Timp de lucru: 5-7 minute.

PASUL 2 După ce toată lumea a terminat de scris, toţi vor pune pixurile jos. Va trebui ca fiecare să rupă foaia pe care a scris în câte bucăţi doreşte.

PASUL 3 Fiecare participant va primi de la coordonator câte o bucată nu foarte mare de scotch şi câte două bolduri. Cu aceste materiale va trebui să pună la loc bucăţile de hârtie, pentru ca aceasta să arate ca la început. Timp de lucru: 5 minute.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care să ghideze transferul cunoştinţelor spre viaţa reală a participanţilor:
Cum arată foile acum, faţă de cum le-aţi primit, şi chiar după ce aţi scris pe ele?
La ce situaţii din viaţa reală credeţi că am vrut să facem referire prin această activitate?
Ce am învăţat prin această activitate şi putem transpune în viaţa reală?

Știu totul despre portocala mea

CATEGORIE: RELAŢII INTERPERSONALE
TIMP ACTIVITATE: 15 MINUTE
TIMP DEBRIEFING: 15 MINUTE
LOCAȚIE: INTERIOR/EXTERIOR
NUMĂR DE PERSOANE: GRUP MIC/MEDIU/MARE
MATERIALE/ RESURSE: PORTOCOLE SAU ALTE FRUCTE. UN BOL MARE PENTRU FRUCTE/ SAU UN COŞ

descriere

PASUL 1 Coordonatorul introduce jocul: „Prin acest joc vom vedea cât de bine reuşim să cunoaştem o portocală."

PASUL 2 Participanţii sunt rugaţi să se aşeze în cerc. Coordonatorul de joc împarte fiecărui participant câte o portocală, oferind următoarele instrucţiuni: „Vă rog să examinaţi cu atenţie portocala primită. Puteţi să o rotiţi pe poate părţile, să o strângeţi, să o inspectaţi, să o lingeţi etc., orice, astfel încât să ajungeţi să o cunoaşteţi cât mai bine. Încercaţi să vă imaginaţi care sunt punctele forte ale

portocalei pe care o aveţi în mână, ce credeţi că are diferit faţă de alte portocale, dar şi care îi sunt punctele slabe, faţă de alte portocale. Pentru aceasta aveţi la dispoziţie 5 minute."

PASUL 3 Coordonatorul de joc va strânge într-un coş toate portocalele şi le va amesteca în faţa grupului. Apoi le va împrăştia în mijloc/pe o masă.

PASUL 4 Coordonatorul de joc îi roagă pe participanţi să se apropie şi să-şi găsească fiecare portocala pe care au analizat-o în minutele anterioare. Dacă apare un conflict între participanţi, încercaţi să fiţi acolo, să îi îndrumaţi pentru a ajunge la o înţelegere (vă puteţi folosi de acest aspect mai târziu în discuţii, dacă veţi considera necesar).

După ce majoritatea şi-au găsit portocalele, veţi continua cu debriefingul.

debriefing

După încheierea jocului, vă propunem o serie de întrebări care sa ghideze transferul de cunoştinte spre viaţa reală a participanţilor:
Câţi dintre voi sunteţi foarte siguri că aveţi portocala pe care aţi primit-o iniţial?
De unde ştiţi acest lucru?
Dacă ar fi să facem o paralelă între acest exerciţiu şi modul în care facem diferenţe între persoanele pe care le cunoştem, care ar fi aceste diferenţe?
De ce credeţi ca nu este la fel de uşor să cunoaştem oamenii, comparativ cu portocalele?
Ce rol joacă aspectul fizic în relaţiile pe care le contruim?

tips & tricks

Aveţi grijă să nu o mănânce sau să facă semne pe aceasta. Specificaţi aceste lucruri dacă e necesar. Ei trebuie doar să-şi cunoască portocala cât mai bine.